

# ATLETAS MEDALHADOS EM COMPETIÇÕES NACIONAIS 2009

## CAMPEONATO NACIONAL DE JUNIORES - Pista Coberta

**Data:** 24 e 25 - Janeiro - 2009

**Local:** Espinho

### **1.500 m**

FEMININOS:

1ª - **Daniela Cunha** (90) - 4'33"63 - UDV

2ª - **Marisa Ferreira** (92) - 4'40"05 - UDV

3ª - **Diana Freitas** (91) - 4'43"81 - ARBV

MASCULINOS:

1º - **Rui Pinto** (92) - 4'00"63 - UDV

2º - **José Costa** (91) - 4'01"34 - FCP

### **400 m**

FEMININOS:

1ª - **Cátia Nunes** (90) - 57"09 - FCP

MASCULINOS:

1º - **Emanuel Neves** (90) - 50"13 - FCP

### **60 m**

FEMININOS:

3ª - **Tânia Duarte** (90) - 7"79 - FCP

### **Triplo**

MASCULINOS:

2º - **Miguel Pereira** (91) - 14,00 m - FCP

### **800 m**

FEMININOS:

1ª - **Susana Godinho** (92) - 2'16"38 - ARBV

2ª - **Diana Freitas** (91) - 2'16"67 - ARBV

### **3.000 m**

FEMININOS:

1ª - **Daniela Cunha** (90) - 9'44"59 - UDV

2ª - **Eugénia Peixoto** (93) - 10'03"62 - UDV

MASCULINOS:

1º - **Rui Pinto** (92) - 8'42"77 - UDV

2º - **José Costa** (91) - 8'44"57 - UDV

### **Vara**

MASCULINOS:

2º - **Isaac Lopes** (90) - 3,90 m - FCP

### **Comprimento**

MASCULINOS:

1º - **Miguel Pereira** (91) - 7,08 m - FCP

### **4 x 400 m**

MASCULINOS:

2º - **Futebol Clube do Porto** (90) - 3'26"41

## CAMPEONATO NACIONAL DE ESPERANÇAS (Sub-23) - Pista Coberta

**Data:** 07 e 08 - Fevereiro - 2009

**Local:** Pombal

**400 m**

MASCULINOS:

3º - **Emanuel Neves** (90) - 50"45 - FCP

**1.500 m**

FEMININOS:

1ª - **Lídia Sousa** (88) - 4'33"06 - FCP

2ª - **Daniela Cunha** (90) - 4'35"42 - UDV

3ª - **Diana Freitas** (91) - 4'36"13 - ARBV

MASCULINOS:

1º - **Bruno Albuquerque** (89) - 3'54"15 - FCP

2º - **Jorge Santa Cruz** (89) - 3'55"98 - FCP

3º - **Paulo Lopes** (89) - 3'56"80 - UDV

**60 m**

FEMININOS:

1ª - **Tânia Duarte** (90) - 7"78 - FCP

**3.000 m**

FEMININOS:

1ª - **Daniela Cunha** (90) - 9'46"32 - UDV

MASCULINOS:

1º - **Bruno Albuquerque** (89) - 8'25"46 - FCP

2º - **Jorge Santa Cruz** (89) - 8'28"64 - FCP

**200 m**

FEMININOS:

1ª - **Tânia Duarte** (90) - 25"64 - FCP

**800 m**

FEMININOS:

1ª - **Lídia Sousa** (88) - 2'14"20 - FCP

2ª - **Diana Freitas** (91) - 2'16"15 - ARBV

**60 m Barr**

FEMININOS:

3ª - **Leslie Delgado** (89) - 9"38 - FCP

**4 x 400 m**

FEMININOS:

1ª - **Futebol Clube do Porto** (88) - 4'04"80

MASCULINOS:

2º - **Futebol Clube do Porto** (90) - 3'25"44

**CAMPEONATO NACIONAL DE MARCHA - Estrada**

**Data:** 21 - Fevereiro - 2009

**Local:** Vila Nova de Gaia

**JUVENIS**

FEMININOS:

2ª - **Sandra Monteiro** (92) - 27'42 - CAA

**JUNIORES:**

MASCULINOS:

3º - **Manuel Santos** (90) - 1:59'51 - CSGAIA

**SENIORES**

MASCULINOS:

2º - **Augusto Cardoso** (70) - 1:25'19 - FCP

**CAMPEONATOS DE PORTUGAL - Pista Coberta**

**Data:** 28 - Fevereiro e 01 Março - 2009

**Local:** Pombal

**Altura**

FEMININOS:

3ª - **Liliana Viana** (85) - 1,64 m - FCP

MASCULINOS:

2º - **Carlos Pires** (82) - 2,11 m - FCP

**Comprimento**

FEMININOS:

1ª - **Marta Godinho** (80) - 6,07 m - FCP

**1.500 m**

FEMININOS:

2ª - **Jessica Augusto** (81) - 4'12"94 - IND

MASCULINOS:

2º - **Bruno Albuquerque** (89) - 3'42"77 - FCP

**Vara**

FEMININOS:

3ª - **Sandra Tavares** (82) - 4,00 m - FCP

**60 m**

MASCULINOS:

3º - **Ricardo Monteiro** (85) - 6"83 - FCP

**400 m**

FEMININOS:

1ª - **Carla Ratão** (82) - 55"97 - FCP

**PESO**

FEMININOS:

2ª - **Vanda Rodrigues** (84) - 15,15 m - FCP

**TRIPLO**

FEMININOS:

1ª - **Marta Godinho** (80) - 13,05 m - FCP

**800 m**

FEMININOS:

3ª - **Lilian Silva** (82) - 2'07"65 - FCP

**3.000 m**

FEMININOS:

2ª - **Sónia Fernandes** (83) - 9'30"20 - FCP

MASCULINOS:

1º - **Youssef El Kalai** (81) - 8'01"20 - FCP

**CAMP. NACIONAL DE CORTA-MATO LONGO, JUNIORES E JUVENIS**

**Data:** 15 Março - 2009

**Local:** Castelo Branco

**JUVENIS**

FEMININOS:

1ª - **Susana Godinho** (92) - 10'36 - ARBV

2ª - **Marta Martins** (92) - 10'52 - ARBV

3ª - **Eugénia Peixoto** (93) - 11'05 ARBV

MASCULINOS:

1º - **Rui Pinto** (92) - 12'21 - UDV

**JUNIORES**

FEMININOS:

1ª - **Daniela Cunha** (90) - 21'21 - UDV

MASCULINOS:

1º - **José Costa** (91) - 25'53 - FCP

**CAMPEONATO NACIONAL DE CORTA-MATO CURTO E VETERANOS**

**Data:** 21 Março - 2009

**Local:** Abadías - Figueira da Foz

## **SENIORES**

FEMININOS:

3ª - **Fernanda Ribeiro** (69) - 13'25 - IND

MASCULINOS:

3º - **Sérgio Silva** (83) - 11'43 - MAC

## **VETERANOS**

MASCULINOS:

2º - **Abílio Costa** (65) - 12'30 - CDSSC

## **CAMPEONATO NACIONAL DE CORRIDA EM MONTANHA**

**Data:** 06 - Junho - 2009

**Local:** Bouça - Covilhã

### **JUNIORES**

FEMININOS:

1ª - **Bebiana Soares** (90) - 29'04 - FCPF

### **SENIORES**

FEMININOS:

1ª - **Lucinda Moreiras** (68) - 55'13 - NCLSC

3ª - **Lurdes Monteiro** (67) - 57'22 - NAM

### **Sub-23**

FEMININOS:

1ª - **Silvana Pimenta** (87) - 1:00'49 - FCPF

### **SENIORES**

MASCULINOS:

1º - **Aires Sousa** (71) - 54'09 - FCPF

## **CAMPEONATO PORTUGAL DE 10.000 METROS**

**Data:** 27 - Junho - 2009

**Local:** Maia

### **SENIORES**

MASCULINOS:

3º - **Bruno Silva** (83) - 29'56"12 - MAC

## **CAMPEONATO NACIONAL DE JUVENIS**

**Data:** 27 e 28 Junho - 2009

**Local:** Luso

### **100 m**

MASCULINOS:

2º - **Carlos Nascimento** (94) - 11"14 - ESCMOV

### **1.500 m**

FEMININOS:

1ª - **Diana Soares** (92) - 4'30"67 - ARBV

3ª - **Susana Godinho** (92) - 4'39"56 - ARBV

### **3.000 m**

MASCULINOS:

1º - **Rui Pinto** (92) - 8'25"94 - UDV

### **2.000 m Obst.**

FEMININOS:

2ª - **Sónia Pinto** (92) - 7'24"74 - AMFC

### **4 x 100 m**

MASCULINOS:

2º - **Escola do Movimento** - 45"15 - ESCMOV

### **5.000 m Marcha**

FEMININOS:

2ª - **Sandra Monteiro** (92) - 26'54"53 - CAA

**3.000 m**

FEMININOS:

1ª - **Susana Godinho** (92) - 9'52"60 - ARBV

2ª - **Eugénia Peixoto** (93) - 10'03"81 - UDV

3ª - **Marta Martins** (92) - 10'25"32 - ARBV

**Altura**

MASCULINOS:

1º - **Bruno Costa** (92) - 1,88 m - CDP

**800 m**

FEMININOS:

2ª - **Diana Soares** (92) - 2'13"36 - ARBV

**Vara**

FEMININOS:

1ª - **Isabel Vieira** (93) - 3,06 m - FCP

**Triplo**

MASCULINOS:

3º - **Bruno Costa** (92) - 13,09 m - CDP

## **CAMPEONATO NACIONAL DE ESPERANÇAS (Sub-23)**

**Data:** 04 e 05 Julho - 2009

**Local:** Viseu

**400 m Barr.**

FEMININOS:

2ª - **Leslie Delgado** (89) - 62"03 - FCP

MASCULINOS:

2º - **Emanuel Neves** (90) - 54"42 - FCP

3º - **Diogo Santos** (91) - 54"52 - FCP

**400 m**

FEMININOS:

3ª - **Cátia Nunes** (90) - 55"98 - FCP

**100 m**

FEMININOS:

2ª - **Tânia Duarte** (90) - 12"13 - FCP

**1.500 m**

MASCULINOS:

1º - **Bruno Albuquerque** (89) - 4'06"63 - FCP

3º - **Paulo Lopes** (89) - 4'08"29 - UDV

FEMININOS:

1ª - **Lídia Sousa** (88) - 4'32"24 - FCP

2ª - **Diana Freitas** (90) - 4'35"22 - ARBV

**Dardo**

MASCULINOS:

2º - **Marco Ferreira** (88) - 56,15 m - FCP

FEMININOS:

1ª - **Teresa Ribeiro** (88) - 40,53 m - FCP

**4 x 100 m**

FEMININOS:

2ª - **Futebol Clube do Porto** - 50"19 - FCP

MASCULINOS:

2º - **Futebol Clube do Porto** - 42"52 - FCP

**3.000 m Obst.**

MASCULINOS:

1º - **Jorge Santa Cruz** (89) - 9'10"03 - FCP

2º - **Paulo Lopes** (89) - 9'14"83 - UDV

**3.000 m**

FEMININOS:

1ª - **Daniela Cunha** (90) - 9'49"07 - UDV

**800 m**

FEMININOS:

2ª - **Lídia Sousa** (88) - 2'13"27 - FCP

3ª - **Diana Freitas** (90) - 2'14"78 - ARBV

**200 m**

FEMININOS:

3ª - **Tânia Duarte** (90) - 25"31 - FCP

**4 x 400 m**

MASCULINOS:

2º - **Futebol Clube do Porto** - 3'22"58 - FCP

**4 x 400 m**

FEMININOS:

1ª - **Futebol Clube do Porto** - 4'02"78 - FCP

## **CAMPEONATO NACIONAL DE JUNIORES**

**Data:** 11 e 12 Julho - 2009

**Local:** Lisboa - Estádio Universitário

**400 m Barr.**

MASCULINOS:

1º - **Emanuel Neves** (90) - 52"84 - FCP

2º - **Diogo Santos** (91) - 53"25 - FCP

**400 m**

FEMININOS:

2ª - **Cátia Nunes** (90) - 55"74 - FCP

**100 m**

FEMININOS:

1ª - **Tânia Duarte** (90) - 11"94 - FCP

**Comprimento**

MASCULINOS:

1º - **Miguel Pereira** (91) - 7,20 m - FCP

**1.500 m**

MASCULINOS:

3º - **Frederic Vaz** (90) - 4'04"33 - FCP

FEMININOS:

1ª - **Daniela Cunha** (90) - 4'32"85 - UDV

2ª - **Diana Soares** (92) - 4'35"63 - ARBV

**5.000 m**

MASCULINOS:

1º - **José Costa** (91) - 15'04"78 - FCP

**4 x 100 m**

MASCULINOS:

1º - **Futebol Clube do Porto** - 42"59 - FCP

FEMININOS:

2ª - **Futebol Clube do Porto** - 50"30 - FCP

**3.000 m**

MASCULINOS:

1º - **José Costa** (91) - 10'06"18 - FCP

FEMININOS:

1ª - **Susana Godinho** (92) - 10'08"25 - ARBV

**200 m**

MASCULINOS:

3º - **Emanuel Neves** (90) - 22"04 - FCP

**Triplo**

MASCULINOS:

3º - **Miguel Pereira** (91) - 14,06 m - FCP

**Vara**

MASCULINOS:

2º - **Isaac Lopes** (90) - 4,30 m - FCP

FEMININOS

1ª - **Isabel Vieira** (93) - 3,04 m - FCP

**800 m**

FEMININOS:

1ª - **Daniela Cunha** (90) - 2'11"84 - UDV

2ª - **Diana Soares** (92) - 2'12"98 - ARBV

3ª - **Diana Freitas** (91) - 2'13"70 - ARBV

## **VI TAÇA DE PORTUGAL DE CORRIDA EM MONTANHA**

**Data:** 25 - Julho - 2009

**Local:** Aldeia Viçosa - Guarda

**JUNIORES**

FEMININOS:

1ª - **Bebiana Soares** (90) - 22'51 - FCPF

**SENIORES**

FEMININOS:

1ª - **Lucinda Moreiras** (68) - 41'16 - NCLSC

**SENIORES**

MASCULINOS:

2º - **Aires Sousa** (71) - 41'42 - FCPF

## **CAMPEONATOS DE PORTUGAL**

**Data:** 25 e 26 Julho - 2009

**Local:** Seixal

**1.500 m**

MASCULINOS:

1º - **Bruno Albuquerque** (89) - 3'49"12 - FCP

FEMININOS:

2ª - **Jessica Augusto** (81) - 4'15"49 - INDP

**Altura**

MASCULINOS:

3º - **Carlos Pires** (82) - 2,08 m - FCP

**110 m Barr.**

MASCULINOS:

2º - **Luís Sá** (81) - 14"07 - FCP

**Vara**

FEMININOS:

2ª - **Sandra Tavares** (82) - 4,18 m - FCP

**100 m**

MASCULINOS:

3º - **Ricardo Monteiro** (85) - 10"34 - FCP

**400 m Barr.**

FEMININOS:

3ª - **Leslie Delgado** (89) - 62"66 - FCP

**Vara**

MASCULINOS:

3º - **Isaac Lopes** (90) - 4,54 m - FCP

**800 m**

FEMININOS:

3ª - **Diana Freitas** (91) - 2'16"82 - ARBV

**3.000 m Obst.**

MASCULINOS:

1º - **Pedro Ribeiro** (81) - 8'34"36 - MAC