

# **ATLETAS E CLUBES MEDALHADOS EM COMPETIÇÕES REGIONAIS**

## **ÍNDICE**

- 1 - Campeonato Regional de Corta-Mato das 4 e dos 8 - 13 de Dezembro de 2008**
- 2 - Campeonato Regional Jovem de Corta-Mato - 10 de Janeiro de 2009**
- 3 - Campeonato Regional de Corta-Mato Curto - 10 de Janeiro de 2009**
- 4 - Campeonato Regional de Pista Coberta - 17 e 18 de Janeiro de 2009**
- 5 - Campeonato Regional de Marcha em Pista Coberta - 17 de Janeiro de 2009**
- 6 - Torneio Regional Jovem de Lançamentos - 24 de Janeiro de 2009**
- 7 - Campeonato Regional de Marcha em Estrada - 08 de Fevereiro de 2009**
- 8 - Torneio Regional de Lançamentos - 14 e 15 de Fevereiro de 2009**
- 9 - Camp. Regional de Corta-Mato Juv - Jun e Seniores Longo - 21 de Fevereiro de 2009**
- 10 - Campeonato Regional Provas Combinadas - 25 e 26 de Abril de 2009**
- 11 - Campeonato Regional de 10.000 metros - 09 de Maio de 2009**
- 12 - Campeonato Regional de Infantis - 23 e 24 de Maio de 2009**
- 13 - Campeonato Regional de Juvenis - 23 e 24 de Maio de 2009**
- 14 - Campeonato Regional de Iniciados - 30 e 31 de Maio de 2009**
- 15 - Campeonato Regional de Juniores - 20 e 21 de Junho de 2009**
- 16 - Campeonato Regional de Estrada - 05 de Julho de 2009**
- 17 - Campeonato Regional Absoluto - 18 e 19 de Julho de 2009**

## 1 - CAMPEONATO REGIONAL CORTA-MATO DAS 4 e DOS 8

**DATA:** 13 - Dezembro - 2008

**LOCAL:** Parque Florestal de Amarante

### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Corta- Mato 8	1º Carlos Costa	86	CDSSC	23.23
	2º André Pontes	83	CDSSC	23.27
	3º Manuel Gomes	65	CDSSC	23.38

### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Corta- Mato 4	1ª Sara Carvalho	88	CDCC	13.19
	2ª Eugénia Peixoto	93	UDV	13.24
	3ª Catarina Gonçalves	93	UDV	13.28

### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

#### SENIORES

MASCULINOS: **Clube Desp. S. Salvador do Campo:** 44 pontos

FEMININOS: **União Desportiva de Várzea:** 14 pontos

## 2 - CAMPEONATO REGIONAL JOVEM DE CORTA-MATO

**- Infantis, Iniciados e Juvenis -**

**DATA:** 10 - Janeiro - 2009

**LOCAL:** Paredes - Parque da Cidade

### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Infantis	1º Luís Moura	96	ADAM	7.45
	2º Jorge Moreira	97	FCPF	7.49
	3º Joaquim Antunes	97	CRDCS	7.53
Iniciados	1º Miguel Borges	94	CBPAR	10.45
	2º João Cruz	94	MAC	11.00
	3º Paulo Barbosa	94	INDP	11.00
Juvenis	1º Rui Pinto	92	UDV	13.19
	2º Ricardo Teixeira	92	CBPAR	14.41
	3º Fernando Serrão	93	UDCA	14.47

### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Infantis	1º Carla Rodrigues	96	FCPAR	8.34
	2º Elsa Maia	96	GT	8.40
	3º Sofia Teixeira	97	UDV	8.52
Iniciados	1º Sónia Ferreira	95	UDV	10.32
	2º Sueli Gomes	94	UDV	10.33
	3º Diana Almeida	94	CBPAR	10.34
Juvenis	1º Eugénia Peixoto	93	UDV	12.07
	2º Marisa Ferreira	92	UDV	12.30
	3º Sónia Pinto	92	AMFC	12.47

### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

#### INFANTIS:

MASCULINOS: **Clube Desportivo do Marco:** 28 pontos

FEMININOS: **Ginásio da Trofa:** 18 pontos

#### INICIADOS:

MASCULINOS: **Casa Benfica Paredes:** 24 pontos

FEMININOS: **União Desportiva de Várzea:** 8 pontos

#### JUVENIS:

MASCULINOS: **União Desportiva de Várzea:** 10 pontos

FEMININOS: **União Desportiva de Várzea:** 18 pontos

## 3 - CAMPEONATO REGIONAL DE CORTA-MATO CURTO

**DATA:** 10 - Janeiro - 2009

**LOCAL:** Paredes - Parque da Cidade

### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Absoluto	1º Bruno Albuquerque	89	FCP	13'05
	2º José Costa	91	FCP	13'09
	3º Nuno Valente	83	FCP	13'16

### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Absoluto	1º Lillian Silva	82	FCP	15'00
	2º Daniela Cunha	90	UDV	15'11
	3º Sónia Fernandes	83	FCP	15'25

### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

Masculinos: **Futebol Clube do Porto** - 10 pontos

Femininos: **União Desportiva da Várzea** - 23 pontos

## 4 - CAMPEONATO REGIONAL DE PISTA COBERTA

- Juvenis, Juniores e Seniores -

**DATA:** 17 e 18 - Janeiro - 2009

**LOCAL:** Palácio de Desportos - Braga

### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
60 m	1º Edgar Baptista	91	ESCMOV	7.20
	2º Gilson Tavares	84	FCP	7.24
	3º Pedro Machado	91	FCP	7.26
200 m	1º Diogo Santos	91	FCP	22.83
	2º Simão Coroa	85	FCP	23.51
	3º Célio Inácio	91	FCP	23.73
400 m	1º Emanuel Neves	90	FCP	50.60
	2º Paulo Lopes	95	ESCMOV	55.40
	3º Fábio Santos	98	CDCVNG	55,89
800 m	1º Bruno Albuquerque	89	FCP	1.57,23
	2º Ricardo Coroa	91	FCP	2.00,66
	3º Ricardo Santos	88	FCP	2.00,96

1.500 m	1º Jorge Santa Cruz	89	FCP	4.02,78
	2º Paulo Lopes	89	UDV	4.04,31
	3º Ricardo Santos	88	FCP	4.08,37
3.000 m	1º Flávio Nunes	91	ADAM	9.16,35
	2º Domingos Oliveira	87	CDCVNG	10.19,81
	3º Américo Moreira	89	CDP	9.15,48
60 m Barr	1º Filipe Morim	91	CDP	9.09
	2º Tiago Ferreira	87	FCP	8.70
Comprimento	1º Miguel Pereira	91	FCP	6.84
	2º João Dias	84	FCP	6.84
	3º Pedro Pires	91	LAVRA	6.29
Triplo	1º Miguel Pereira	91	FCP	13.66
	2º Pedro Pires	91	LAVRA	12.93
	3º Isaac Lopes	90	FCP	12.90
Altura	1º André Pontes	90	CDP	1.70
	2º Bruno Costa	92	CDP	1.70
Vara	1º Isaac Lopes	90	FCP	3.50
	2º Sérgio Teixeira	91	ESCMOV	3.50
	3º João Mendes	89	FCP	3.20
Peso	1º Paulo Pereira	84	FCP	14.10
	2º José Silva	78	CDCNAV	11.51
	3º André Sousa	88	CAA	10.09

#### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
60 m	1º Ana Silva	79	MAC	8.03
	2º Camila Carneiro	92	FCP	8.27
	3º Elsa França	93	ARLVG	8.49
200 m	1º Cátia Nunes	91	FCP	26.32
	2º Sara Martins	91	FCP	28.27
	3º Luísa Correia	92	ESCMOV	28.32
400 m	1º Susana Godinho	92	ARBV	59,48
	2º Sofia Gonçalves	93	FCP	65,59
	3º Raquel Silva	90	CAA	68,94
800 m	1º Diana Soares	92	ARBV	2.16,14
	2º Susana Godinho	92	ARBV	2.16,88
	3º Daniela Gonçalves	93	ARBV	2.29,62
1.500 m	1º Lídia Sousa	88	FCP	4.26,98
	2º Daniela Cunha	90	UDV	4.29,56
	3º Diana Soares	92	ARBV	4.31,78
3.000 m	1º Sónia Fernandes	83	FCP	9.40,64
	2º Mónica Silva	83	FCP	9.56,13
	3º Cristina Costa	89	SZRT	10.58,32
60 m Barr.	1º Márcia Vieira	91	LAVRA	9,76
	2º Teresa Ribeiro	88	FCP	10,36
	3º Carla pinhão	90	FCP	10,37
Comprimento	1º Carla pinhão	90	FCP	4.68
	2º Raquel Faria	83	CDCVNG	4.61
	3º Filipa Beleza	92	FCP	4.54
Triplo	1º Carla pinhão	90	FCP	10.73
	2ª Filipa Beleza	92	FCP	10.00
Altura	1º Isabel Vieira	93	FCP	1.40
Vara	2ª Raquel Silva	90	CAA	1.35
Vara	1º Teresa Ribeiro	88	FCP	2.80
Peso	1º Teresa Ribeiro	88	FCP	9,84
	2º Paula Pontes	92	CDP	9,56
	3º Sara Santos	91	FCP	9,27

#### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

MASCULINOS: Futebol Clube do Porto - 156 pontos

FEMININOS: Futebol Clube do Porto - 147 pontos

## **5 - CAMPEONATO REGIONAL DE MARCHA EM PISTA COBERTA**

**DATA:** 17 - Janeiro - 2009

**LOCAL:** Palácio de Desportos - Braga

### **MASCULINO**

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Seniores	1º José Magalhães	54	ACA	23.36,15
	2º Eduardo Cardoso	92	CSGAIA	24.30,75
	3º Aurélio Costa	68	ACA	27.56,53

### **FEMININO**

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Seniores	1º Sandra Leitão	75	FCP	14.23,24
	2º Sandra Monteiro	92	CAA	15.51,75
	3º Fátima Faria	67	CSGAIA	16.54,13

## **6 - TORNEIO REGIONAL JOVEM DE LANÇAMENTOS**

**DATA:** 24 - Janeiro - 2009

**LOCAL:** Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia  
Estádio do Inatel - Porto

### **MASCULINO - INFANTIS**

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Dardo - 500 g	1º Carlos Rodrigues	96	CDMAR	18,88 m
	2º Rui Simões	96	FCP	18,52 m
	3º João Pereira	96	FCP	17,98 m
Peso - 3 kg	1º Rui Simões	96	FCP	8,82 m
	2º Francisco Costa	97	ESCMOV	8,65 m
	3º João Pereira	96	FCP	8,16 m

### **FEMININO - INFANTIS**

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Dardo - 400 g	1ª Rafaela Moutinho	97	FCP	17,52 m
	2ª Raquel Valente	96	LAVRA	16,40 m
	3ª Helena Miranda	96	CDCNAV	15,88 m
Peso - 2 kg	1ª Inês Silva	96	FCP	8,45 m
	2ª Rafaela Moutinho	97	FCP	7,85 m
	3ª Raquel Valente	96	LAVRA	7,07 m

### **MASCULINO - INICIADOS**

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Peso - 4 kg	1º Pedro Faria	94	CDP	12,73 m
	2º Tiago Dias	94	MAC	10,85 m
	3º Daniel Reis	95	CSGAIA	10,62 m
Dardo - 600 g	1º Daniel Reis	95	CSGAIA	39,10 m
	2º Ricardo Campos	94	LAVRA	27,83 m
	3º Miguel Ângelo	95	CSGAIA	25,52 m
Disco - 1 kg	1º Pedro Faria	94	CDP	32,42 m
	2º José Gonçalves	95	FCP	22,98 m
	3º João Correia	94	CDMAR	19,13 m
Martelo - 4 kg	1º Pedro Faria	94	CDP	26,74 m
	2º Daniel Reis	95	CSGAIA	25,44 m
	3º Helder Correia	94	CDCNAV	22,08 m

## FEMININO - INICIADOS

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Peso - 3 kg	1ª Ana Rita Queirós	95	LAVRA	7,43 m
	2ª Tânia Suhm	95	FCP	7,38 m
	3ª Ana Carvalheira	94	FCP	7,38 m
Dardo - 500 g	1ª Isabela Pereira	95	CDP	24,84 m
	2ª Soraia Vasconcelos	95	CAA	22,96 m
	3ª Raquel Craveiro	95	CDCNAV	18,60 m
Disco - 0,750 kg	1ª Sara Silva	94	LAVRA	19,26 m
	2ª Isabela Pereira	95	CDP	17,97 m
	3ª Bárbara Mendes	94	FCP	17,39 m
Martelo - 3 kg	1ª Mariana Pinto	94	ESCMOV	19,54 m
	2ª Soraia Vasconcelos	95	CAA	18,05 m
	3ª Ana Carvalheira	94	FCP	17,74 m

## CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

MASCULINOS: Futebol Clube do Porto: 42 pontos

FEMININOS: Futebol Clube do Porto: 56 pontos

## 7 - CAMPEONATO REGIONAL DE MARCHA EM ESTRADA

**DATA:** 08 - Fevereiro - 2009

**LOCAL:** Aveiro - Lourosa

### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Seniores	1º Augusto Cardoso	70	FCP	1:05'43
	2º José Magalhães	54	ACA	1:19'40
	3º João Correia	89	ACA	1:32'24
Juniores	1º Manuel Santos	90	CSGAIA	56'25
Juvenis	1º Eduardo Cardoso	92	CSGAIA	25'59
Iniciados	1º Rui Costa	94	ACA	28'58
	2º José Vasconcelos	95	ACA	29'07
Infantis	1º Miguel Ferreira	96	ACA	20'19
	2º Alexandre Costa	97	ACA	21'45
	3º Júlio Rebelo	97	CAA	21'57

### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Seniores	1ª Sandra Vieira Leitão	75	FCP	53'24
Juniores	1ª Joana Fortuna	91	CSGAIA	1:03'02
Juvenis	1º Sandra Monteiro	92	CAA	28'23
	2º Sofia Silva	93	CAA	31'44
	3º Daniela Vasconcelos	92	CAA	32'33
Iniciados	1º Soraia Vasconcelos	95	CAA	17'32
	2º Rafaela Santos	95	CAA	18'43
	3ª Elisabete Pinho	95	CSGAIA	19'44
Infantis	1º Mariana Ferreira	96	CSGAIA	14'13
	2º Carolina Carneiro	96	FCP	14'37
	3º Alexandra Melo	96	ACA	15'06

## **8 - TORNEIO REGIONAL DE LANÇAMENTOS**

**DATA:** 14 e 15 - Fevereiro - 2009

**LOCAL** - Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia  
Estádio do Inatel - Porto

### **MASCULINO - SENIORES**

<b>PROVA</b>	<b>ATLETA</b>	<b>ANO</b>	<b>CLUBE</b>	<b>MARCA</b>
Peso - 7,260 kg	1º José Silva	78	CDCNAV	11,06 m
	2º Pedro Guimarães	81	ESCMOV	10,11 m
	3º António Lopes	70	CDCD	7,20 m
Dardo - 800 g	1º Paulo Almeida	86	CAA	46,28 m
	2º Pedro Meireles	89	FCP	38,17 m
	3º André Sousa	88	CAA	35,59 m
Disco - 2 kg	1º André Sousa	88	CAA	28,60 m
	2º Pedro Guimarães	81	ESCMOV	27,41 m
	3º Luís Lopes	87	CDCD	20,71 m
Martelo - 7,260 kg	1º José Silva	78	CDCNAV	26,70 m
	2º Pedro Guimarães	81	ESCMOV	23,78 m
	3º André Sousa	88	CAA	22,28 m

### **MASCULINO - JUNIORES**

<b>PROVA</b>	<b>ATLETA</b>	<b>ANO</b>	<b>CLUBE</b>	<b>MARCA</b>
Peso - 6 kg	1º André Pontes	90	CDP	11,62 m
	2º André Oliveira	91	ESCMOV	8,14 m
	3º Fábio Gomes	90	CDCD	7,85 m
Dardo - 800 g	1º Rui Sá	91	FCP	41,66 m
	2º André Pontes	90	CDP	35,90 m
	3º Cláudio Gonçalves	91	CSGAIA	23,83 m
Disco - 1,750 kg	1º André Oliveira	91	ESCMOV	23,41 m
	2º José Barros	91	LAVRA	22,40 m
	3º Fábio Gomes	90	CDCD	22,06 m
Martelo - 6 kg	1º André Oliveira	91	ESCMOV	27,14 m
	2º Cláudio Gonçalves	91	CSGAIA	21,92 m
	3º Fábio Gomes	90	CDCD	20,12 m

### **FEMININO - SENIORES**

<b>PROVA</b>	<b>ATLETA</b>	<b>ANO</b>	<b>CLUBE</b>	<b>MARCA</b>
Disco - 1 kg	1ª Carina Moutinho	84	FCP	34,80 m
	2ª Célia Silva	89	MAC	27,70 m

### **FEMININO - JUNIORES**

<b>PROVA</b>	<b>ATLETA</b>	<b>ANO</b>	<b>CLUBE</b>	<b>MARCA</b>
Peso - 4 kg	1ª Marta Monteiro	90	CAA	9,50 m
	2ª Sara Santos	91	FCP	9,11 m
	3ª Vanessa Ferreira	91	CSGAIA	6,72 m
Martelo - 4 Kg	1ª Vanessa Ferreira	91	CSGAIA	29,52 m
	2ª Sara Santos	91	FCP	22,16 m
	3ª Marta Monteiro	90	CAA	21,73 m
Disco - 1 kg	1ª Marta Monteiro	90	CAA	27,80 m
	2ª Raquel Silva	90	CAA	23,13 m
Dardo - 600 g	1ª Raquel Silva	90	CAA	28,94 m
	2ª Joana Rodrigues	91	ESCMOV	13,16 m

### **MASCULINO - JUVENIS**

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Peso - 5 kg	1º Helder Martins	92	CDCNAV	11,96 m
	2º Alexandre Almeida	93	CSGAIA	11,84 m
	3º Luís Sousa	92	ARES	10,58 m
Disco - 1, 5 kg	1º Daniel Ribeiro	92	LAVRA	31,67 m
	2º Alexandre Almeida	93	CSGAIA	28,19 m
	3º José Henrique	93	FCP	26,17 m
Dardo - 700 g	1º Alexandre Almeida	93	CSGAIA	35,38 m
	2º Diogo Costa	93	ESCMOV	34,48 m
	3º Óscar Vilaça	92	CSGAIA	30,60 m
Martelo - 5 kg	1º Luís Sousa	92	ARES	34,70 m
	2º José Henrique	93	FCP	31,78 m
	3º Helder Martins	92	CDCNAV	23,82 m

#### FEMININO - JUVENIS

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Peso - 3 kg	1ª Daniela Miranda	93	CDCNAV	9,20 m
	2ª Vanessa Pedrosa	92	CSGAIA	9,12 m
	3ª Sandra Monteiro	92	CAA	8,87 m
Dardo - 600 g	1ª Inês Reis	92	CSGAIA	27,66m
	2ª Paula Pontes	92	CDP	22,75 m
	3ª Daniela Miranda	93	CDCNAV	17,90 m
Disco - 1 kg	1ª Sandra Monteiro	92	CAA	24,26 m
	2ª Sofia Gonçalves	93	FCP	20,50 m
	3ª Vanessa Pedrosa	92	CSGAIA	18,76 m
Martelo - 3 kg	1ª Vanessa Pedrosa	92	CSGAIA	35,02 m
	2ª Daniela Miranda	93	CDCNAV	25,03 m
	3ª Sofia Gonçalves	93	FCP	24,88 m

## 9 - CAMPEONATO REGIONAL DE CORTA-MATO LONGO Juvenis - Juniores e Seniores

**DATA:** 21 - Fevereiro - 2009

**LOCAL:** Terrenos da Fraga d'Almotolia  
Vila Real

#### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Juvenis	1º Rui Pinto	92	UDV	12'48
	2º Ricardo Teixeira	92	CBPAR	13'44
	3º Fernando Serrão	93	UDCA	13'52
Juniores	1º Joaquim Sousa	91	CBPAR	28'15
	2º Carlos Barbosa	91	GT	28'44
	3º David Cunha	91	UDV	29'04
Seniores	1º Pedro Ribeiro	81	MAC	32'06
	2º Bruno Silva	83	MAC	32'34
	3º Paulo Lopes	89	UDV	33'08

#### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
Juvenis	1ª Diana Soares	92	ARBV	10'35
	2ª Susana Godinho	92	ARBV	10'42
	3ª Marta Martins	92	ARBV	10'46



Juniões	1ª Daniela Cunha	90	UDV	35'15
	2ª Sónia Carvalho	90	ADAM	35'38
	3ª Cátia Dias	90	UDV	
Seniores	1ª Sara Carvalho	88	CDCC	35'25
	2ª Fátima Silva	70	CDP	35'33
	3ª Filipa Almeida	88	SZRT	35'41

### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

#### JUVENIS

MASCULINOS: **União Desportiva da Várzea:** 30 pontos

FEMININOS: **Associação Recreativa Briosos Valboenses:** 12 pontos

#### JUNIORES

MASCULINOS: **Associação Desportiva de Amarante:** 27 pontos

FEMININOS: **União Desportiva de Várzea:** 15 pontos

#### SENIORES

MASCULINOS: **Maia Atlético Clube:** 12 pontos

## 10 - CAMPEONATO REGIONAL PROVAS COMBINADAS

**DATA:** 25 e 26 - Abril - 2009

**LOCAL:** Luso

#### JUVENIS FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
HEPTATLO	1ª Isabel Vieira	93	FCP	3.968 pontos

#### JUVENIS MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
OCTATLO	1º Diogo Costa	93	ESCMOV	3.679 pontos

## 11 - CAMPEONATO REGIONAL DE 10.000 metros

**DATA:** 09 - Maio - 2009

**LOCAL:** Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia

#### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
10.000 m	1º José Costa	91	FCP	31'30"56
	2º André Guimarães	82	MAC	32'31"07
	3º Bruno Silva	83	MAC	32'31"47

#### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
10.000 m	1ª Joana Fortuna	91	CSGAIA	50'03"87

## 12 - CAMPEONATO REGIONAL DE INFANTIS

**DATA:** 23 e 24 - Maio - 2009

**LOCAL:** Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia  
Estádio do Inatel - Porto

### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
60 m	1º Pedro Ferreira	96	LAVRA	8"02
	2º Luís Moura	96	ADAM	8"15
	3º Pedro Silva	96	ADAM	8"43
150 m	1º Luís Moura	96	ADAM	19"42
	2º Pedro Silva	96	ADAM	20"14
	3º Pedro Lopes	96	ADAM	20"66
1000 m	1º Pedro Lopes	96	ADAM	3'02"02
	2º Pedro Silva	96	ADAM	3'02"75
	3º Joaquim Antunes	97	CRDCS	3'03"25
60 m Barr.	1º João Costa	96	LAVRA	9"76
	2º Luís Moura	96	ADAM	9"92
	3º Miguel Costa	96	LAVRA	10"90
3000 m Marcha	1º Júlio Rebelo	97	CAA	22'22"68
	2º Hugo Guedes	96	UDV	23'08"58
	3º Carlos Pereira	96	CDMAR	25'49"04
Comprimento	1º Pedro Ferreira	96	LAVRA	5,16 m
	2º Rui Simões	96	FCP	4,90 m
	3º Miguel Costa	96	LAVRA	4,49 m
Altura	1º Pedro Ferreira	96	LAVRA	1,60 m
	2º Ivan Reuniutsau	96	ADAM	1,37 m
	3º Rui Simões	96	FCP	1,37 m
Peso	1º Luís Pina	96	CSGAIA	9,97 m
	2º Rui Simões	96	FCP	9,30 m
	3º Leonardo Sousa	96	LAVRA	8,67 m
Dardo	1º Fábio Campos	96	GT	23,90 m
	2º João Costa	96	LAVRA	22,73 m
	3º Carlos Rodrigues	96	CDMAR	20,12 m
4 x 60 m	1º Clube Desporto C+S Lavra	96	LAVRA	34"44
	2º C. Desportivo Cultural de Navais	96	CDCNAV	36"20

### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
60 m	1ª Elsa Maia	96	GT	8"58
	2ª Ana Orfão	97	LAVRA	9"02
	3ª Ana Alves	97	MAC	9"17
150 m	1ª Cláudia Costa	96	CBPAR	21"24
	2ª Cláudia Campos	97	INDP	21"57
	3ª Inês Silva	96	FCP	22"12
1000 m	1ª Elsa Maia	96	GT	3'13"77
	2ª Sofia Teixeira	97	UDV	3'13"99
	3ª Andreia Rodrigues	96	GT	3'14"13
60 m Barr.	1ª Ana Patrícia Ricardo	96	MAC	10"82
	2ª Inês Silva	96	FCP	10"98
	3ª Elsa Maia	96	GT	11"34
3000 m Marcha	1ª Carolina Carneiro	96	FCP	23'40"48
	2ª Mónica Rodrigues	96	FCPAR	26'59"47
Comprimento	1ª Rafaela Moutinho	97	FCP	4,03 m
	2ª Ana Abreu	97	MAC	3,87 m
	3ª Susana Moreira	97	ESCMOV	3,80 m
Altura	1ª Ana Silva	96	UDCA	1,36 m

	2ª Diana Baptista	96	CDP	1,36 m
	3ª Inês Silva	96	FCP	1,27 m
Peso	1ª Sandra Branco	97	MAC	7,22 m
	2ª Carla Rodrigues	96	FCPAR	6,47 m
	3ª Sofia Santos	96	MAC	6,34 m
Dardo	1ª Raquel Valente	96	LAVRA	16,70 m
	2ª Bruna Marques	97	GT	12,74 m
	3ª Patrícia Cardoso	96	LAVRA	12,41 m
4 x 60 m	1ª Futebol Clube do Porto	96	FCP	35"27
	2ª Maia Atlético Clube	96	MAC	35"98
	3ª Clube Desporto C+S Lavra	96	LAVRA	36"80

### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

MASCULINOS: **Clube de Desporto C+S Lavra** - 91 pontos

FEMININOS: **Futebol Clube do Porto** - 66 pontos

## 13 - CAMPEONATO REGIONAL DE JUVENIS

**DATA:** 23 e 24 - Maio - 2009

**LOCAL:** Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia  
Estádio do Inatel - Porto

### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
100 m	1º Carlos Nascimento	94	ESCMOV	11"51
	2º Ricardo Barros	93	FCP	11"79
	3º Diogo Campos	92	CDP	12"04
200 m	1º Tomás Baptista	92	ESCMOV	25"14
	2º André Castro	92	ESG	25"64
	3º Alexandre Granhão	93	ESCMOV	26"05
300 m	1º Tomás Baptista	92	ESCMOV	38"52
	2º Sérgio Teixeira	94	CSGAIA	40"31
	3º Joaquim Moreira	93	CDP	40"78
800 m	1º Rui Pinto	92	UDV	1'56"12
	2º Eusébio Oliveira	93	ADAM	1'56"99
	3º José Martins	92	AMFC	1'59"01
1.500 m	1º Rui Pinto	92	UDV	4'03"42
	2º Eusébio Oliveira	93	ADAM	4'07"16
	3º Luís Silva	92	ARBV	4'15"28
3.000 m	1º Ricardo Teixeira	92	CBPAR	9'32"44
	2º Luciano Teixeira	92	UDV	9'33"31
	3º Carlos Teixeira	93	FCPAR	9'50"73
2.000 m Obst.	1º Ricardo Teixeira	92	CBPAR	6'24"34
	2º Fernando Serrão	93	UDCA	6'24"83
	3º Carlos Teixeira	93	FCPAR	6'36"03
110 m Barr.	1º Bruno Costa	92	CDP	15"63
	2º Joaquim Moreira	93	CDP	16"89
	3º Diogo Campos	92	CDP	19"35
300 m Barr.	1º Diogo Campos	92	CDP	44"45
	2º Rui Oliveira	94	CDP	45"71
	3º Samuel Ribeiro	93	ADAM	46"01
5.000 m Marcha	1º Eduardo Cardoso	92	CSGAIA	27'14"90
	2º José Maltez	94	CAA	34'30"42
Comprimento	1º Tiago Dias	94	MAC	5,99 m
	2º Francisco Cordoeiro	92	ESCMOV	5,84 m
	3º Óscar Vilaça	92	CSGAIA	5,78 m
Triplo	1º Bruno Costa	92	CDP	12,77 m
	2º Diogo Costa	93	ESCMOV	12,56 m

Altura	3º Francisco Cordoeiro	92	ESCMOV	12,19 m
	1º Bruno Costa	92	CDP	1,87 m
	2º Óscar Vilaça	92	CSGAIA	1,81 m
Vara	3º Diogo Costa	93	ESCMOV	1,72 m
	1º Diogo Costa	93	ESCMOV	3,50 m
	2º Alexandre Granhão	93	ESCMOV	2,80 m
Peso	3º Nelson Carneiro	93	ESCMOV	2,40 m
	1º Helder Martins	92	CDCNAV	12,91 m
	2º Pedro Faria	94	CDP	12,20 m
Dardo	3º Daniel Ribeiro	92	LAVRA	11,39 m
	1º Daniel Reis	95	CSGAIA	37,68 m
	2º Alexandre Almeida	93	CSGAIA	34,55 m
Disco	3º Hugo Ramalho	92	CAA	33,23 m
	1º Daniel Ribeiro	92	LAVRA	34,93 m
	2º Pedro Faria	94	CDP	33,43 m
Martelo	3º Alexandre Almeida	93	CSGAIA	33,16 m
	1º Daniel Ribeiro	92	LAVRA	27,07 m
	2º Luís Sousa	92	ARES	26,56 m
4 x 100 m	3º Pedro Faria	94	CDP	26,36 m
	1º Escola do Movimento	92	ESCMOV	47"2
	2º C. D. Cultural de Navais	92	CDCNAV	48"5
4 x 300 m	3º Clube de Desporto C+S Lavra	92	LAVRA	49"7
	1º Escola do Movimento	92	ESCMOV	2'46"48
	2º Clube de Desporto C+S Lavra	93	LAVRA	2'48"50
	3º Maia Atlético Clube	92	MAC	2'48"68

#### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
100 m	1ª Elsa França	93	ARLVG	12"86
	2ª Daniela França	95	FCP	13"09
	3ª Ana Baptista	94	FCPAR	13"18
200 m	1ª Luísa Correia	92	ESCMOV	27"62
	2ª Elsa França	93	ARLVG	27"73
	3ª Ana Baptista	94	FCPAR	28"10
300 m	1ª Susana Godinho	92	ARBV	42"12
	2ª Sofia Gonçalves	93	FCP	45"63
	3ª Cátia Terroso	94	UDCA	46"19
800 m	1ª Diana Soares	92	ARBV	2'13"96
	2ª Daniela Gonçalves	93	ARBV	2'24"10
	3ª Catarina Gonçalves	93	UDV	2'27"07
1.500 m	1ª Diana Soares	92	ARBV	4'37"76
	2ª Eugénia Peixoto	93	UDV	4'44"83
	3ª Sara Sousa	95	ARLVG	4'56"59
3.000 m	1ª Susana Godinho	92	ARBV	10'01"66
	2ª Eugénia Peixoto	93	UDV	10'03"52
	3ª Sónia Pinto	92	AMFC	10'50"39
2.000 m Obst.	1ª Sónia Pinto	92	AMFC	7'41"05
	2ª Diana Neves	93	ARLVG	8'44"13
100 m Barr.	1ª Sílvia Flórido	93	MAC	17"20
	2ª Marina Pinto	94	ESCMOV	18"33
	3ª Tânia Suhm	95	FCP	19"09
300 m Barr.	1ª Isabel Vieira	93	FCP	46"97
	2ª Ana Rita Queirós	95	LAVRA	50"17
	3ª Sílvia Flórido	93	MAC	51"60
5.000 m Marcha	1ª Soraia Vasconcelos	95	CAA	28'54"13
	2ª Sofia Silva	93	CAA	31'43"31
	3ª Daniela Pereira	92	CAA	34'58"98
Comprimento	1ª Rita Mota	94	ARLVG	4,68 m
	2ª Ana Rita Queirós	95	LAVRA	4,50 m
	3ª Ana Baptista	94	FCPAR	4,39 m
Triplo	1ª Luísa Correia	92	ESCMOV	10,41 m
	2ª Ana Rita Queirós	95	LAVRA	10,19 m

Altura	3ª	Isabela Pereira	95	CDP	9,92 m
	1ª	Rita Mota	94	ARLVG	1,34 m
	2ª	Sandra Monteiro	92	CAA	1,28 m
Peso	3ª	Joana Silva	94	CSGAIA	1,28 m
	1ª	Paula Pontes	92	CDP	10,87 m
	2ª	Daniela Miranda	93	CDCNAV	9,46 m
Dardo	3ª	Vanessa Pedrosa	92	CSGAIA	8,58 m
	1ª	Isabela Pereira	95	CDP	28,43 m
	2ª	Inês Reis	92	CSGAIA	22,16 m
Disco	3ª	Soraia Vasconcelos	95	CAA	21,75 m
	1ª	Sandra Monteiro	92	CAA	25,20 m
	2ª	Sofia Gonçalves	93	FCP	24,50 m
Martelo	3ª	Paula Pontes	92	CDP	23,52 m
	1ª	Vanessa Pedrosa	92	CSGAIA	37,40 m
	2ª	Daniela Miranda	93	CDCNAV	24,12 m
4 x 100 m	3ª	Mariana Pinto	94	ESCMOV	24,08 m
	1ª	A. R. L. V. Gondomarense	93	ARLVG	52"79
	2ª	Clube de Desporto C+S Lavra	94	LAVRA	57"66
4 x 300 m	1ª	A. R. L. V. Gondomarense	93	ARLVG	3'07"97
	2ª	Clube de Desporto C+S Lavra	94	LAVRA	3'42"95

#### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

MASCULINOS: **Escola do Movimento** - 108 pontos

FEMININOS: **A. R. L. Vida Gondomarense** - 79 pontos

## 14 - CAMPEONATO REGIONAL DE INICIADOS

**DATA:** 30 e 31 - Abril - 2009

**LOCAL:** Estádio Municipal da Póvoa de Varzim

#### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA	
80 m	1º	Carlos Nascimento	94	ESCMOV	9"36
	2º	José Amorim	94	MAC	10"11
	3º	Eduardo Silva	95	FCP	10"13
250 m	1º	Carlos Nascimento	94	ESCMOV	30"70
	2º	João Cruz	94	MAC	32"20
	3º	Sérgio Teixeira	94	CSGAIA	32"53
800 m	1º	João Cruz	94	MAC	2'03"41
	2º	Rui Oliveira	94	CDP	2'04"57
	3º	João Mendes	94	UDV	2'10"91
1.500 m	1º	Miguel Borges	94	CBPAR	4'27"52
	2º	André Pereira	95	AMFC	4'34"66
	3º	Ricardo Sousa	94	CBPAR	4'38"79
100 m Barr.	1º	Tiago Dias	94	MAC	15"77
	2º	Rui Oliveira	94	CDP	15"94
	3º	Daniel Reis	95	CSGAIA	16"42
250 m Barr.	1º	Sérgio Teixeira	94	CSGAIA	36"69
	2º	Bruno Varejão	94	ADAM	38"05
	3º	Alexandre Marques	94	LAVRA	39"05
1500 m Obst.	1º	Miguel Borges	94	CBPAR	4'25"38
	2º	André Pereira	95	AMFC	4'46"06
	3º	Ricardo Sousa	94	CBPAR	4'50"83
4.000 m Marcha Comprimento	1º	José Maltez	94	CAA	28'58"50
	1º	Tiago Dias	94	MAC	5,97 m

	2º André Silva	94	ESCMOV	5,64 m
	3º Pedro Ferreira	96	LAVRA	5,20 m
Triplo	1º Tiago Dias	94	MAC	12,20 m
	2º Mário Branco	95	MAC	10,61 m
	3º João Postiga	95	CDCNAV	10,56 m
Altura	1º Daniel Reis	95	CSGAIA	1,58 m
	2º Luís Malva	94	LAVRA	1,55 m
	3º João Postiga	95	CDCNAV	1,55 m
Peso	1º Pedro Faria	94	CDP	12,95 m
	2º Helder Correia	94	CDCNAV	10,42 m
	3º Ruben Capelão	94	LAVRA	10,23 m
Dardo	1º Daniel Reis	95	CSGAIA	35,13 m
	2º Miguel Ângelo	95	CSGAIA	30,76 m
	3º Ricardo Campos	93	LAVRA	30,75 m
Disco	1º Pedro Faria	94	CDP	41,92 m
	2º Helder Correia	94	CDCNAV	29,71 m
	3º Ruben Capelão	94	LAVRA	27,62 m
Martelo	1º Ruben Capelão	94	LAVRA	31,26 m
	2º Pedro Faria	94	CDP	27,00 m
	3º Miguel Ângelo	95	CSGAIA	18,95 m
4 x 80 m	1º Maia Atlético Clube	94	MAC	40"12
	2º Clube de Desporto C+S Lavra	94	LAVRA	40"13
	3º C. Desportivo Cultural de Navais	94	CDCNAV	44"14

#### FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
80 m	1ª Daniela França	95	FCP	10"53
	2ª Ana Baptista	94	FCPAR	10"83
	3ª Elsa Maia	96	GT	11"12
250 m	1ª Daniela França	95	FCP	35"17
	2ª Jessica Clara	95	CDP	35"30
	3ª Ana Baptista	94	FCPAR	35"99
800 m	1ª Jessica Serra	95	CDP	2'21"90
	2ª Sara Sousa	95	ARLVG	2'25"02
	3ª Silvana Dias	94	UDV	2'25"49
1500 m	1ª Sara Sousa	95	ARLVG	5'18"50
	2ª Andreia Morais	95	CBPAR	5'40"56
	3ª Sara Gomes	95	CBPAR	5'44"88
80 m Barr.	1º Ana Rita Queirós	95	LAVRA	13"36
	2º Mariana Pinto	94	ESCMOV	14"09
	3º Andreia Lopes	95	CDP	15"00
250 m Barr.	1ª Ana Rita Queirós	95	LAVRA	40"65
	2ª Andreia Lopes	95	CDP	41"75
	3ª Isabel Barros	95	FCPAR	42"17
1500 m Obst.	1ª Diana Almeida	94	CBPAR	5'10"87
	2ª Catarina Pereira	94	UDV	5'33"58
	3ª Cátia Terroso	94	UDCA	5'38"49
4.000 m Marcha	1ª Soraia Vasconcelos	95	CAA	24'06"59
	2ª Elisabete Pinho	95	CSGAIA	26'54"00
Comprimento	1ª Ana Baptista	94	FCPAR	4,54 m
	2ª Inês Silva	96	FCP	4,53 m
	3ª Rita Mota	94	ARLVG	4,48 m
Triplo	1ª Ana Rita Queirós	95	LAVRA	10,18 m
	2ª Isabela Pereira	95	CDP	10,16 m
	3ª Daniela França	95	FCP	9,10 m
Altura	1ª Ana Silva	96	UDCA	1,42 m
	2ª Diana Baptista	96	CDP	1,39 m
	3ª Rita Mota	94	ARLVG	1,30 m
Vara	1ª Isabela Pereira	95	CDP	1,90 m
Peso	1ª Marta Maia	94	LAVRA	7,83 m

	2ª Ana Fontes	95	CSGAIA	7,62 m
	3ª Tânia Suhm	95	FCP	7,41 m
Dardo	1ª Isabela Pereira	95	CDP	24,11 m
	2ª Soraia Vasconcelos	95	CAA	22,77 m
	3ª Alexandra Barros	94	FCPAR	19,76 m
Disco	1ª Marta Maia	94	LAVRA	18,81 m
	2ª Isabel Barros	95	FCPAR	18,72 m
	3ª Rafaela Santos	95	CAA	17,57 m
Martelo	1ª Beatriz Granhão	95	ESCMOV	24,51 m
	2ª Mariana Pinto	95	ESCMOV	23,79 m
	3ª Rafaela Santos	95	CAA	22,75 m
4 x 80 m	1ª Clube Desportivo da Póvoa	95	CDP	44"52
	2ª Maia Atlético Clube	94	MAC	45"45
	3ª Clube de Desporto C+S Lavra	95	LAVRA	45"99

### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

MASCULINOS: Clube de Desporto C+S Lavra - 93 pontos

FEMININOS: Clube Desportivo da Póvoa - 77 pontos

## 15 - CAMPEONATO REGIONAL DE JUNIORES

**DATA:** 20 e 21 - Junho - 2009

**LOCAL:** Guimarães

### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
100 m	1º Célio Inácio	91	FCP	11"17
	2º Edgar Baptista	91	ESCMOV	11"23
	3º Pedro Machado	91	FCP	11"57
200 m	1º Emanuel Neves	90	FCP	22"19
	2º Célio Inácio	91	FCP	22"42
	3º Diogo Santos	91	FCP	22"65
400 m	1º Luís Phalempim	90	FCP	51"34
	2º Carlos Figueiredo	90	FCP	51"79
	3º Jorge Silva	91	ADAM	52"22
800 m	1º Eusébio Oliveira	93	ADAM	1'58"98
	2º Luis Silva	92	ARBV	2'01"21
	3º Fernando Serrão	93	UDCA	2'06"62
1.500 m	1º Eusébio Oliveira	93	ADAM	4'06"09
	2º Dzmitry Reuniutsau	90	ADAM	4'07"55
	3º Ricardo Coroa	92	FCP	4'11"09
3.000 m	1º Luciano Teixeira	92	UDV	9'35"79
	2º José Pinto	92	UDV	9'53"66
	3º Luís Paiva	91	ADAM	10'10"26
5.000 m	1º Flavio Nunes	91	ADAM	17'02"00
	2º Joaquim Sousa	91	CBPAR	17'17"76
	3º Luís Paiva	91	ADAM	18'09"43
110 m Barr.	1º Emanuel Neves	90	FCP	15"46
	2º Filipe Morim	91	CDP	15"64
	2º Márcio Quintela	90	LAVRA	17"55
400 m Barr.	1º Emanuel Neves	90	FCP	54"50
	2º Diogo Santos	91	FCP	55"67
	3º Joaquim Moreira	93	CDP	63"98
3000 m Obst.	1º Ricardo Coroa	91	FCP	9'57"37
	2º Dzmitry Reuniutsau	90	ADAM	10'04"65
	3º Carlos Barbosa	91	GT	10'08"53
10.000 m Marcha	1º Eduardo Cardoso	92	CSGAIA	56'47"05
	2º Manuel Santos	90	CSGAIA	56'59"67
Comprimento	1º Miguel Pereira	91	FCP	6,71 m

	2º Pedro Pires	91	LAVRA	6,33 m
	3º Pedro Machado	91	FCP	6,29 m
Triplo	1º Miguel Pereira	91	FCP	14,05 m
	2º Pedro Pires	91	LAVRA	13,32 m
	3º Bruno Costa	92	CDP	13,30 m
Altura	1º Bruno Costa	92	CDP	1,92 m
	2º Oscar Vilaça	92	CSGAIA	1,89 m
	3º Márcio Quintela	90	LAVRA	1,86 m
Vara	1º Isaac Lopes	90	FCP	4,30 m
	2º Sérgio Teixeira	91	ESCMOV	3,60 m
	3º Diogo Costa	93	ESCMOV	3,30 m
Peso	1º André Pontes	91	CDP	12,00 m
	2º Helder Martins	92	CDCNAV	11,02 m
	3º Daniel Ribeiro	92	LAVRA	10,73 m
Dardo	1º Rui Sá	91	FCP	46,46 m
	2º André Pontes	91	CDP	37,11 m
	3º Pedro Pires	91	LAVRA	35,64 m
Disco	1º José Henrique	93	FCP	32,28 m
	2º André Oliveira	91	ESCMOV	27,61 m
	3º Helder Martins	92	CDCNAV	27,29 m
Martelo	1º André Oliveira	91	ESCMOV	36,12 m
	2º José Henrique	93	FCP	33,75 m
	3º Daniel Ribeiro	92	LAVRA	21,77 m
4 x 100 m	1º F. C. Porto	90	FCP	42"42
	2º Esc. Movimento	90	ESCMOV	44"69
	3º C. D. C+S Lavra	90	LAVRA	48"07
4 x 400 m	1º C. D. C+S Lavra	90	LAVRA	3'56"97
	2º Esc. Movimento	90	ESCMOV	3'58"19

## FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
100 m	1º Luísa Correia	92	ESCMOV	13"18
	2ª Elsa França	93	ARLVG	13"25
	3ª Ana Silva	93	ARLVG	13"44
200 m	1º Luísa Correia	92	ESCMOV	27"13
	2ª Sara Martins	91	FCP	27"85
	3ª Camila Carneiro	92	FCP	30"00
400 m	1º Sara Martins	91	FCP	63"21
	2ª Sofia Gonçalves	93	FCP	65"05
	3ª Sara Marinho	92	ARLVG	66"50
800 m	1º Diana Soares	92	ARBV	2'13"08
	2º Diana Freitas	91	ARBV	2'18"04
	3º Daniela Gonçalves	93	ARBV	2'23"84
1.500 m	1º Diana Freitas	91	ARBV	4'40"95
	2º Diana Soares	92	ARBV	4'41"00
	3º Susana Godinho	92	ARBV	4'46"37
3.000 m	1º Susana Godinho	92	ARBV	10'16"84
	2º Eugénia Peixoto	90	UDV	10'24"73
	3º Catarina Lima	90	UDV	10'29"11
100 m Barr.	1º Márcia Vieira	91	LAVRA	17"86
400 m Barr.	1º Isabel Vieira	93	FCP	68"86
	2º Raquel Silva	90	CAA	74"49
3000 m Obst.	1ª Cátia Barbosa	90	ARLVG	14'59"16
10.000 m Marcha	1ª Sandra Monteiro	92	CAA	58'28"21
	2ª Joana Fortuna	91	CSGAIA	1:07'54"90
	3ª Sofia Silva	93	CAA	1:08'38"68
Comprimento	1º Márcia Vieira	91	LAVRA	4,79 m
	2º Luísa Correia	92	ESCMOV	4,49 m
Altura	1ª Sandra Monteiro	92	CAA	1,30 m



Vara	1ª Isabel Vieira	93	FCP	2,90 m
Peso	1º Sara Santos	91	FCP	9,68 m
	2º Marta Monteiro	90	CAA	9,61 m
	3º Vanessa Pedrosa	92	CSGAIA	8,62 m
Dardo	1º Raquel Silva	90	CAA	30,55 m
	2º Isabel Vieira	93	FCP	27,50 m
	3º Paula Pontes	92	CDP	22,74 m
Disco	1º Marta Monteiro	90	CAA	29,17 m
	2º Raquel Silva	90	CAA	27,13 m
	3º Sofia Gonçalves	93	FCP	24,54 m
Martelo	1ª Vanessa Pedrosa	92	CSGAIA	33,53 m
	2ª Sara Santos	91	FCP	26,11m
	3ª Marta Monteiro	90	CAA	22,99 m
4 x 400 metros	1ª A.R. Luz e Vida Gondomarense	93	ARLVG	4'25"63

#### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

MASCULINOS: **Futebol Clube do Porto** - 144 pontos

FEMININOS: **Futebol Clube do Porto** - 60 pontos

### 16 - CAMPEONATO REGIONAL ESTRADA

**DATA:** 05 - Julho - 2009

**LOCAL:** Póvoa de Varzim

#### MASCULINO

1º Youssef El Kalai	81	FCP	29'03
2º Bruno Silva	83	MAC	30'42
3º Manuel Gomes	65	CDSSC	32'21

#### FEMININO

1ª Fátima Silva	70	CDP	36'56
2ª Sónia Fernandes	83	FCP	38'03
3ª Cátia Galhardo	88	SZRT	39'29

### 17 - CAMPEONATO REGIONAL ABSOLUTO

**DATA:** 18 e 19 - Julho - 2009

**LOCAL:** Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho - Maia

#### MASCULINO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
100 m	1º Emanuel Neves	90	FCP	10"77
	2º Célio Inácio	91	FCP	10"82
	3º Gilsson Tavares	84	FCP	10"98
200 m	1º Emanuel Neves	90	FCP	22"11
	2º Gilsson Tavares	84	FCP	22"49
	3º Célio Inácio	91	FCP	23"43
400 m	1º Tony Calvo	81	ESCMOV	52"67
	2º Ricardo Coroa	91	FCP	53"65
	3º Bruno Santos	91	UDCA	53"67
800 m	1º Bruno Moreira	87	INDP	1'58"16
	2º Eusébio Oliveira	93	ADAM	1'58"35
	3º Ricardo Coroa	91	FCP	1'59"36
1.500 m	1º Bruno Moreira	87	INDP	4'05"57
	2º Eusébio Oliveira	93	ADAM	4'12"13

5.000 m	3º Pedro Amaral	91	CBPAR	4'19"89
	1º Jerónimo Oliveira	86	GT	16'26"72
	2º Flavio Nunes	91	ADAM	16'30"73
	3º Vítor Gomes	70	UDCA	17'14"34
3.000 m Obst.	1º Flavio Nunes	91	ADAM	10'45"35
	2º Ludgero Moreira	82	CRDCS	11'10"67
	3º Luís Paiva	82	ADAM	12'00"98
110 m Barr.	1º Luís Sá	81	FCP	14"37
	2º Tiago Ferreira	87	FCP	15"02
	3º Filipe Morim	91	CDP	17"47
400 m Barr.	1º Diogo Santos	91	FCP	55"48
	2º Francisco Évora	91	LAVRA	57"75
	3º Alberto Castro	90	UDCA	61"60
Comprimento	1º Miguel Pereira	91	FCP	6,66 m
	2º Pedro Machado	91	FCP	6,21 m
	3º Pedro Gonçalves	90	ESCMOV	6,03 m
Triplo	1º Isaac Lopes	90	FCP	13,60 m
	2º Miguel Pereira	91	FCP	13,47 m
	3º Bruno Costa	92	CDP	13,16 m
Altura	1º Carlos Pires	82	FCP	1,91 m
	2º Bruno Costa	92	CDP	1,85 m
	3º Oscar Vilaça	92	CSGAIA	1,85 m
Vara	1º Isaac Lopes	90	FCP	4,35 m
	2º Sérgio Teixeira	91	ESCMOV	4,00 m
	3º Miguel Pereira	91	FCP	3,50 m
Peso	1º André Sousa	88	CAA	9,64 m
	2º Paulo Almeida	86	CAA	8,43 m
	3º André Oliveira	91	ESCMOV	7,70 m
Dardo	1º Paulo Almeida	86	CAA	45,51 m
	2º Rui Sá	91	FCP	44,97 m
	3º Tiago Ferreira	87	FCP	42,55 m
Disco	1º José Silva	78	CDCNAV	26,73 m
	2º André Oliveira	91	ESCMOV	25,51 m
	3º José Henrique	93	FCP	24,75 m
Martelo	1º André Oliveira	91	ESCMOV	28,45 m
	2º António Lopes	70	CDCD	15,91 m
4 x 100 m	1º F. C. Porto A	84	FCP	43"65
	2º F. C. Porto B	91	FCP	44"01
4 x 400 m	1º Escola Movimento	81	ESCMOV	3'40"48
	2º U.D.C. Argivai	76	UDCA	3'46"34
10000 m Marcha	1º Augusto Cardoso	70	FCP	53'16"86
	2º Eduardo Cardoso	92	CSGAIA	54'01"98
	3º José Encarnação	59	ACA	56'45"83

## FEMININO

PROVA	ATLETA	ANO	CLUBE	MARCA
100 m	1º Ana Silva	79	MAC	12"50
	2º Márcia Vieira	91	LAVRA	13"22
	3º Liliana Manhente	85	ESCMOV	13"66
200 m	1º Ana Silva	79	MAC	26"10
	2º Rafaela Almeida	83	INDP	26"81
	3º Sara Martins	91	FCP	28"19
400 m	1º Sara Martins	91	FCP	64"51
	2º Graça Fernandes	69	CDCVNG	1'10"57
800 m	1º Diana Freitas	91	ARBV	2'16"32
1.500 m	1º Diana Freitas	91	ARBV	4'48"20
	2º Carina Marques	86	FCP	5'01"46
	3º Sónia Carvalho	83	ADAM	5'04"76
5.000 m	1º Sónia Carvalho	90	ADAM	19'32"55
	2ª Joana Fortuna	91	CSGAIA	25'05"27

100 m Barr.	1º Márcia Vieira	91	LAVRA	15"64
	2º Raquel Silva	90	CAA	18"48
400 m Barr.	1º Sofia Gonçalves	93	FCP	1'10"78
	2ª Sandra Monteiro	91	CAA	1'11"66
	3ª Raquel Silva	90	CAA	1'14"01
Comprimento Vara	1º Luisa Correia	92	ESCMOV	4,76 m
	1º Isabel Vieira	93	FCP	3,00 m
	2ª Diana Carqueijo	87	ESCMOV	2,70 m
Peso	1º Marta Monteiro	90	CAA	9,61 m
	2º Sara Santos	91	FCP	8,93 m
	3º Paula Pontes	92	CDP	8,87 m
Dardo	1º Liliana Manhente	85	ESCMOV	32,00 m
	2º Raquel Silva	90	CAA	27,93 m
	3º Marta Monteiro	90	CAA	25,78 m
Disco	1º Carina Moutinho	90	FCP	33,10 m
	2º Marta Monteiro	90	CAA	28,92 m
	3º Sandra Monteiro	92	CAA	25,31 m
Martelo	1º Vanessa Pedrosa	92	CSGAIA	31,63 m
	2º Sara Santos	91	FCP	22,00 m
	3º Joana Rodrigues	91	ESCMOV	18,09 m
10000 m Marcha	1º Sandra Leitão	75	FCP	56'36"03
	2º Sandra Monteiro	92	CAA	56'53"61
	3º Sofia Silva	93	CAA	1:06'09"97
4 x 100 m	1º F. C. Porto	88	FCP	52"53
4 x 400 m	1º F. C. Porto	89	FCP	4'32"32

#### CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA:

MASCULINOS: **Futebol Clube do Porto** - 184 pontos

FEMININOS: **Clube Atletismo de Avintes** - 92 pontos