



## 200 METROS

## 1ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

22° C  
TEMPERATURA80%  
HUMIDADE1.8m/s  
VENTOAR LIVRE  
OUTDOOR18:56  
INÍCIO18:59  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                     | Pista | Marca |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|--------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 2113   | Sara Marteleira  | POR | 2011 | Sub16   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                 | 4     | 27.03 |
| 2       | 639    | Maria Inês Costa | POR | 2011 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 5     | 27.89 |
| 3       | 2512   | Inês Flores      | POR | 2010 | Sub18   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 3     | 28.40 |
| 4       | 644    | Mia Tenera       | POR | 2010 | Sub18   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 2     | 28.43 |
|         | 633    | Leonor Pinhão    | POR | 2009 | Sub18   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 6     | DNF   |
|         | 2962   | Matilde Filipe   | POR | 2010 | Sub18   | EB Mestre Domingos Saraiva                 | 1     | DNS   |

## 200 METROS

## 2ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

22° C  
TEMPERATURA80%  
HUMIDADE2.6m/s  
VENTOAR LIVRE  
OUTDOOR19:02  
INÍCIO19:03  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome            | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                     | Pista | Marca |
|---------|--------|-----------------|-----|------|---------|--------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 1945   | Laura Anes      | POR | 2011 | Sub16   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                 | 3     | 26.70 |
| 2       | 1960   | Leonor Rosa     | POR | 2011 | Sub16   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                 | 4     | 27.13 |
| 3       | 3634   | Diana Vial      | POR | 2012 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 6     | 31.41 |
| 4       | 3635   | Inês Fonte      | POR | 2012 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 1     | 34.33 |
| 5       | 3148   | Leonor Patrício | POR | 2010 | Sub18   | SPORTING CLUBE MOITENSE                    | 2     | 37.60 |
|         | 1956   | Leonor Franco   | POR | 2011 | Sub16   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                 | 5     | DNS   |

## 200 METROS

## 1ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

22° C  
TEMPERATURA80%  
HUMIDADE2.3m/s  
VENTOAR LIVRE  
OUTDOOR19:07  
INÍCIO19:08  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                     | Pista | Marca |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|--------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 1968   | Lourenço Carvalho | POR | 2011 | Sub16   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                 | 3     | 23.35 |
| 2       | 663    | Vasco Caroço      | POR | 2011 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 4     | 24.24 |
| 3       | 624    | Gustavo Galvão    | POR | 2011 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 5     | 26.41 |

## 150 METROS

## 1ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

22° C  
TEMPERATURA79%  
HUMIDADE2.5m/s  
VENTOAR LIVRE  
OUTDOOR19:19  
INÍCIO19:20  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                               | Pista | Marca |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 620    | Filipa Pinhão     | POR | 2013 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS           | 3     | 23.65 |
| 2       | 978    | Mariana Porfírio  | POR | 2013 | Sub14   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 4     | 24.66 |
| 3       | 3293   | Catarina Lima     | POR | 2014 | Sub14   | C D BOMBARRAL                                        | 2     | 25.30 |
| 4       | 1692   | Constança Caxaria | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                         | 5     | 25.48 |
| 5       | 1738   | Leonor Canhota    | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE MOITENSE                              | 1     | 28.78 |
| 6       | 642    | Matilde Bandeira  | POR | 2013 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS           | 6     | 30.08 |



## 150 METROS

## 2ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

22° C 79%  
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR19:22 19:23  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal | Nome           | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Pista | Marca |
|---------|--------|----------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 982    | Renata Silva   | POR | 2015 | Sub12   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 4     | 23.83 |
| 2       | 2121   | Sofia Lapas    | POR | 2015 | Sub12   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                               | 2     | 23.95 |
| 3       | 1630   | Carolina Sousa | POR | 2016 | Sub12   | ASSOCIAÇÃO RUN TEJO                                      | 5     | 24.63 |
| 4       | 607    | Alice Nobre    | POR | 2015 | Sub12   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 3     | 24.86 |
| 5       | 475    | Noa Santos     | POR | 2017 | Sub10   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 6     | 26.83 |

## 150 METROS

## 3ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

22° C 79%  
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR19:25 19:25  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal | Nome                | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                               | Pista | Marca |
|---------|--------|---------------------|-----|------|---------|------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 1705   | Maria Santos        | POR | 2016 | Sub12   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                         | 3     | 26.24 |
| 2       | 969    | Inês Guerra         | POR | 2015 | Sub12   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 2     | 28.65 |
| 3       | 1729   | Doriana Constantino | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                              | 4     | 28.84 |
| 4       | 3135   | Isabel Patricio     | POR | 2018 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                              | 5     | 30.63 |

## 150 METROS

## 4ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

22° C 79%  
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR19:27 19:28  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal | Nome                 | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Pista | Marca |
|---------|--------|----------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 472    | Maria Beatriz Afonso | POR | 2017 | Sub10   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 3     | 24.33 |
| 2       | 1712   | Sara Ezzaouia        | MAR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 2     | 29.79 |
| 3       | 1745   | Núria Carvalho       | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                                  | 4     | 30.03 |
| 4       | 967    | Glória Porfírio      | POR | 2016 | Sub12   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 5     | 30.48 |
| 5       | 1754   | Sofia Canhota        | POR | 2018 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                                  | 6     | 38.84 |

## 150 METROS

## 1ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

22° C 79%  
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR19:30 19:31  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                               | Pista | Marca |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 1716   | Tomás Querido    | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                         | 4     | 24.57 |
| 2       | 2572   | José Ferreira    | POR | 2017 | Sub10   | Individual - Lisboa                                  | 3     | 24.64 |
| 3       | 1710   | Santiago Coelho  | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                         | 5     | 27.15 |
| 4       | 1697   | Francisco Santos | POR | 2020 | Sub10   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                         | 2     | 31.33 |
| 5       | 2954   | Paulo Porfírio   | POR | 2018 | Sub10   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 6     | 32.92 |



## 150 METROS

## 2ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

22° C 79%  
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR19:32 19:33  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal | Nome           | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                     | Pista | Marca |
|---------|--------|----------------|-----|------|---------|--------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 3301   | David Cipriano | POR | 2015 | Sub12   | C D BOMBARRAL                              | 4     | 24.07 |
| 2       | 3154   | Miguel Mendes  | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                    | 2     | 25.51 |
| 3       | 606    | Afonso Primor  | POR | 2015 | Sub12   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 3     | 25.93 |
| 4       | 3295   | Rodrigo Lima   | POR | 2018 | Sub10   | C D BOMBARRAL                              | 5     | 27.58 |

## 150 METROS

## 3ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

22° C 79%  
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR19:35 19:36  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal | Nome          | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Pista | Marca |
|---------|--------|---------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 474    | Martim Santos | POR | 2015 | Sub12   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 4     | 22.25 |
| 2       | 1711   | Santiago Rosa | POR | 2015 | Sub12   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 3     | 22.84 |
| 3       | 2788   | Rodrigo Pinto | POR | 2016 | Sub12   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 5     | 25.25 |
| 4       | 988    | Tiago Guiomar | POR | 2016 | Sub12   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 2     | 28.28 |
|         | 3142   | Duarte Gomes  | POR | 2016 | Sub12   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 6     | DNS   |

## 150 METROS

## 4ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

22° C 79%  
TEMPERATURA HUMIDADE1.8m/s  
VENTOAR LIVRE  
OUTDOOR19:39 19:40  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                     | Pista | Marca |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|--------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 1696   | Francisco Querido | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE               | 3     | 22.13 |
| 2       | 1756   | Tomás Querido     | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE MOITENSE                    | 4     | 22.36 |
| 3       | 612    | Aron Van Der Helm | NED | 2013 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 5     | 23.01 |
| 4       | 647    | Nuno Francisco    | POR | 2014 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 6     | 23.95 |
| 5       | 3297   | Kevin Gomes       | POR | 2013 | Sub14   | C D BOMBARRAL                              | 1     | 24.90 |
| 6       | 1877   | Francisco Fonseca | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                 | 2     | 25.53 |

## 200 METROS

## 3ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

22° C 79%  
TEMPERATURA HUMIDADE1.4m/s  
VENTOAR LIVRE  
OUTDOOR19:45 19:47  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal | Nome            | Nac | Ano  | Escalão  | Equipa                                                   | Pista | Marca |
|---------|--------|-----------------|-----|------|----------|----------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 3428   | Raquel Anjos    | POR | 2003 | Seniores | OLÍMPICO VIANENSE                                        | 3     | 27.31 |
| 2       | 2578   | Andreia Pacheco | POR | 2007 | Sub20    | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 4     | 27.77 |
| 3       | 3058   | Elisa Semedo    | POR | 1981 | V40      | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 5     | 28.45 |
| 4       | 961    | Catarina Vieira | POR | 1997 | Seniores | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 6     | 33.53 |
| 5       | 983    | Rita Duarte     | POR | 1976 | V45      | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 1     | 34.88 |
|         | 653    | Rafaela Relvas  | POR | 2007 | Sub20    | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 2     | DNS   |



## 200 METROS

## 4ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

22° C  
TEMPERATURA79%  
HUMIDADE1.7m/s  
VENTOAR LIVRE  
OUTDOOR19:49  
INÍCIO19:50  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome                | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                               | Pista | Marca |
|---------|--------|---------------------|-----|------|---------|------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 963    | Cristina Libório    | POR | 1971 | V50     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 4     | 34.88 |
| 2       | 962    | Cátia Amaro         | POR | 1982 | V40     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 3     | 36.55 |
| 3       | 656    | Sandra Santos       | POR | 1979 | V45     | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS           | 5     | 37.12 |
| 4       | 4066   | Maria Luísa Caldas  | POR | 1966 | V60     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 1     | 38.11 |
|         | 625    | Helena Inácio       | POR | 1984 | V40     | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS           | 2     | DNS   |
|         | 1743   | Natacha Constantino | POR | 2007 | Sub20   | SPORTING CLUBE MOITENSE                              | 6     | DNS   |

## 200 METROS

## 2ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

22° C  
TEMPERATURA79%  
HUMIDADE1.5m/s  
VENTOAR LIVRE  
OUTDOOR19:54  
INÍCIO19:55  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome            | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Pista | Marca |
|---------|--------|-----------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 467    | Filipe Martinho | POR | 2008 | Sub20   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 4     | 24.23 |
| 2       | 470    | João Afonso     | POR | 1988 | V35     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 3     | 26.84 |
| 3       | 2525   | Luís Ferreira   | POR | 1983 | V40     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 6     | 27.74 |
| 4       | 976    | Marco Silva     | POR | 1978 | V45     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 2     | 29.57 |
| 5       | 2826   | João Travado    | POR | 1970 | V55     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 1     | 32.37 |
|         | 1370   | Orlando Alves   | POR | 1972 | V50     | JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO                       | 5     | DNS   |

## 200 METROS

## 3ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

21° C  
TEMPERATURA80%  
HUMIDADE2.1m/s  
VENTOAR LIVRE  
OUTDOOR19:57  
INÍCIO19:59  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome               | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Pista | Marca |
|---------|--------|--------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 981    | Pedro Porfírio     | POR | 1983 | V40     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 6     | 28.14 |
| 2       | 2785   | Nelson Moreira     | POR | 1978 | V45     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 5     | 30.03 |
| 3       | 2863   | José Colaço        | POR | 1955 | V70     | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                              | 3     | 35.88 |
| 4       | 960    | António Inácio     | POR | 1956 | V70     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 4     | 38.33 |
| 5       | 468    | Francisco Cipriano | POR | 1942 | V80     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 1     | 55.06 |
| 6       | 2949   | António Fortunato  | POR | 1946 | V80     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 2     | 55.26 |



## 500 METROS

## 1ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

21° C  
TEMPERATURA80%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR20:03  
INÍCIO20:07  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome                | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                     | Marca   |
|---------|--------|---------------------|-----|------|---------|--------------------------------------------|---------|
| 1       | 2289   | Rita Mota           | POR | 2018 | Sub10   | MONTE AGRAÇO FUTEBOL CLUBE                 | 1:55.72 |
| 2       | 1729   | Doriana Constantino | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                    | 2:01.09 |
| 3       | 1712   | Sara Ezzaouia       | MAR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE               | 2:05.71 |
| 4       | 628    | Inês Primor         | POR | 2017 | Sub10   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 2:09.66 |
| 5       | 3135   | Isabel Patricio     | POR | 2018 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                    | 2:14.64 |
| 6       | 1734   | Jacinta Ferreira    | POR | 2018 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                    | 2:22.61 |
| 7       | 1754   | Sofia Canhota       | POR | 2018 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                    | 2:39.10 |

## 500 METROS

## 1ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

20° C  
TEMPERATURA81%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR20:10  
INÍCIO20:13  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                              | Marca   |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|-----------------------------------------------------|---------|
| 1       | 2572   | José Ferreira    | POR | 2017 | Sub10   | Individual - Lisboa                                 | 1:48.56 |
| 2       | 1710   | Santiago Coelho  | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                        | 1:53.81 |
| 3       | 1697   | Francisco Santos | POR | 2020 | Sub10   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                        | 2:06.19 |
|         | 2937   | Duarte Rosatella | POR | 2019 | Sub10   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTEROLENSE | DNS     |
|         | 1716   | Tomás Querido    | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                        | DNS     |

## 600 METROS

## 1ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

20° C  
TEMPERATURA83%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR20:19  
INÍCIO20:23  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca   |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|---------|
| 1       | 2270   | Eunícia Lopes     | STP | 2014 | Sub14   | MONTE AGRAÇO FUTEBOL CLUBE                               | 1:57.69 |
| 2       | 2121   | Sofia Lapas       | POR | 2015 | Sub12   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                               | 1:59.50 |
| 3       | 616    | Carolina Gomes    | POR | 2013 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 2:00.65 |
| 4       | 479    | Sofia Martinho    | POR | 2015 | Sub12   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 2:09.85 |
| 5       | 1705   | Maria Santos      | POR | 2016 | Sub12   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 2:14.29 |
| 6       | 1692   | Constança Caxaria | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 2:15.84 |
| 7       | 664    | Victória Ramirez  | POR | 2015 | Sub12   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 2:16.77 |
| 8       | 2866   | Madalena Silva    | POR | 2014 | Sub14   | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                              | 2:22.41 |
| 9       | 621    | Francisca Pinhão  | POR | 2016 | Sub12   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 2:34.62 |
| 10      | 1738   | Leonor Canhota    | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE MOITENSE                                  | 2:49.81 |
|         | 2861   | Leonor Costa      | POR | 2013 | Sub14   | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                              | DNS     |



## 600 METROS

## 1ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

20° C  
TEMPERATURA83%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR20:24  
INÍCIO20:27  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                       | Marca   |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|------------------------------|---------|
| 1       | 1696   | Francisco Querido | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE | 1:48.27 |
| 2       | 1711   | Santiago Rosa     | POR | 2015 | Sub12   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE | 1:54.14 |
| 3       | 1737   | Joaquim Rêgo      | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE MOITENSE      | 2:06.54 |
| 4       | 1877   | Francisco Fonseca | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL   | 2:10.08 |
|         | 3093   | Samuel Vicente    | POR | 2013 | Sub14   | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE  | DNS     |

## 1500 METROS

## 1ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

19° C  
TEMPERATURA85%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR20:33  
INÍCIO20:41  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca   |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|---------|
| 1       | 613    | Benedita Caldeira | POR | 2011 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 5:01.14 |
| 2       | 1958   | Leonor Matos      | POR | 2010 | Sub18   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                               | 5:04.17 |
| 3       | 2128   | Teresa Amado      | POR | 2009 | Sub18   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                               | 5:04.98 |
| 4       | 2078   | Rafaela Lapas     | POR | 2012 | Sub16   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                               | 5:37.24 |
| 5       | 1689   | Ana Costa         | POR | 2011 | Sub16   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 5:41.13 |
| 6       | 615    | Carolina Ferreira | POR | 2012 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 5:58.26 |
| 7       | 2663   | Matilde Pinheiro  | POR | 2009 | Sub18   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 6:30.23 |
| 8       | 2858   | Gabriela Costa    | POR | 2010 | Sub18   | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                              | 6:38.09 |

## 1500 METROS

## 1ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

19° C  
TEMPERATURA85%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR20:42  
INÍCIO20:50  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome               | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca   |
|---------|--------|--------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|---------|
| 1       | 480    | Vasco Martinho     | POR | 2011 | Sub16   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 4:54.95 |
| 2       | 1713   | Simão Damião       | POR | 2011 | Sub16   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 5:08.96 |
| 3       | 2393   | Diogo Leite Braga  | POR | 2010 | Sub18   | UNIÃO DESPORTIVA DA PONTE DE FRIELAS                     | 5:19.11 |
| 4       | 2818   | Lourenço Costa     | POR | 2011 | Sub16   | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                              | 5:19.33 |
| 5       | 1702   | Lourenço Rodrigues | POR | 2011 | Sub16   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 5:19.58 |
| 6       | 2860   | Renato Costa       | POR | 2012 | Sub16   | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                              | 5:34.44 |
| 7       | 3604   | Gabriel Melicias   | POR | 2009 | Sub18   | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                              | 5:38.07 |
|         | 2665   | Francisco Nova     | POR | 2012 | Sub16   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | DNS     |

## 800 METROS

## 1ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

19° C  
TEMPERATURA85%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR20:51  
INÍCIO20:53  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                   | Marca   |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|------------------------------------------|---------|
| 1       | 317    | Carolina Patrício | POR | 2011 | Sub16   | ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA NUCLEOEIRAS - ADNO | 2:31.13 |



## 800 METROS

## 1ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

19° C  
TEMPERATURA86%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR20:56  
INÍCIO20:59  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                   | Marca   |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|------------------------------------------|---------|
| 1       | 314    | Bernardo Martinho | POR | 2011 | Sub16   | ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA NUCLEOEIRAS - ADNO | 2:09.11 |
| 2       | 2775   | Braima Balde      | GBS | 2009 | Sub18   | UNIÃO DESPORTIVA DA PONTE DE FRIELAS     | 2:14.70 |

## 3000 METROS

## 1ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

19° C  
TEMPERATURA86%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR21:01  
INÍCIO21:18  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca        |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|--------------|
| 1       | 466    | Beatriz Oliveira | POR | 2004 | Sub23   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 12:37.4<br>4 |
| 2       | 1693   | Daniela Fourré   | POR | 2008 | Sub20   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 13:57.9<br>6 |
| 3       | 2865   | Isabel Silva     | POR | 1964 | V60     | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                              | 16:39.3<br>5 |

## 3000 METROS

## 1ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

19° C  
TEMPERATURA86%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR21:19  
INÍCIO21:33  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão  | Equipa                                               | Marca        |
|---------|--------|------------------|-----|------|----------|------------------------------------------------------|--------------|
| 1       | 2789   | Carlos Silva     | POR | 2001 | Seniores | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 9:52.97      |
| 2       | 2786   | Joni Jacinto     | POR | 1992 | Seniores | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 9:53.60      |
| 3       | 2414   | Tomás Montenegro | POR | 2010 | Sub18    | UNIÃO DESPORTIVA DA PONTE DE FRIELAS                 | 9:54.43      |
| 4       | 986    | Simão Guerra     | POR | 2007 | Sub20    | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 10:21.1<br>3 |
| 5       | 979    | Patrick Lima     | CPV | 1994 | Seniores | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 10:25.2<br>1 |
| 6       | 965    | Diogo Jacinto    | POR | 1994 | Seniores | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 10:26.8<br>7 |
| 7       | 1708   | Renato Martins   | POR | 2007 | Sub20    | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                         | 10:57.2<br>0 |
| 8       | 2859   | Pedro Costa      | POR | 2008 | Sub20    | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                          | 11:15.4<br>8 |
| 9       | 2857   | Alfredo Costa    | POR | 2007 | Sub20    | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                          | 11:20.2<br>3 |
| 10      | 2830   | Jorge Gonçalves  | POR | 1994 | Seniores | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 12:03.8<br>9 |
| 11      | 2802   | Tiago Pinto      | POR | 1991 | Seniores | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 13:32.1<br>2 |
|         | 2392   | António Ribeiro  | POR | 2010 | Sub18    | UNIÃO DESPORTIVA DA PONTE DE FRIELAS                 | DNF          |



## 3000 METROS

## 2ª SÉRIE M

17 JUNHO 2026

19° C  
TEMPERATURA86%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR21:33  
INÍCIO21:52  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome               | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca        |
|---------|--------|--------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|--------------|
| 1       | 4059   | Pedro Vieira       | POR | 1989 | V35     | C D S SALVADOR CAMPO                                     | 10:16.9<br>8 |
| 2       | 1748   | Ricardo Rêgo       | POR | 1988 | V35     | SPORTING CLUBE MOITENSE                                  | 11:27.0<br>3 |
| 3       | 1691   | Carlos Raposo      | POR | 1980 | V45     | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 11:36.3<br>5 |
| 4       | 465    | Armando Pinho      | POR | 1967 | V55     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 11:54.9<br>9 |
| 5       | 2826   | João Travado       | POR | 1970 | V55     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 12:11.9<br>5 |
| 6       | 985    | Rui Merujo         | POR | 1959 | V65     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 12:22.3<br>5 |
| 7       | 1639   | João Jorge Graça   | POR | 1963 | V60     | ASSOCIAÇÃO RUN TEJO                                      | 12:58.5<br>1 |
| 8       | 2868   | Vítor Silva        | POR | 1961 | V60     | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                              | 13:32.8<br>9 |
| 9       | 1688   | Alexandre Ferreira | POR | 1973 | V50     | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 14:58.2<br>9 |
| 10      | 1700   | José Dos Santos    | POR | 1948 | V75     | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE                             | 15:49.6<br>8 |
| 11      | 1724   | António Primor     | POR | 1942 | V80     | SPORTING CLUBE MOITENSE                                  | 19:12.6<br>5 |

## 2000 OBST. (0,76)

## 1ª SÉRIE F

17 JUNHO 2026

19° C  
TEMPERATURA86%  
HUMIDADEAR LIVRE  
OUTDOOR21:53  
INÍCIO22:02  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Pista | Marca   |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|---------|
| 1       | 2617   | Margarida Pacheco | POR | 2010 | Sub18   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 4     | 7:55.60 |
| 2       | 643    | Matilde Quinteiro | POR | 2010 | Sub18   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 5     | 8:26.66 |
| 3       | 641    | Marta Belchior    | POR | 2008 | Sub20   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 3     | 8:49.60 |



## ARREMESSO BOLA

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR19:29  
INÍCIO19:31  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 628    | Inês Primor      | POR | 2017 | Sub10   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 15.79 |
| 2       | 1745   | Núria Carvalho   | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                                  | 13.45 |
| 3       | 1734   | Jacinta Ferreira | POR | 2018 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                                  | 12.51 |
| 4       | 475    | Noa Santos       | POR | 2017 | Sub10   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 11.94 |

| Posição | Dorsal | Nome             | 1     | 2     | 3     |
|---------|--------|------------------|-------|-------|-------|
| 1       | 628    | Inês Primor      | 15.79 | 12.56 | 14.60 |
| 2       | 1745   | Núria Carvalho   | 11.17 | 13.45 | 11.22 |
| 3       | 1734   | Jacinta Ferreira | 12.51 | 10.79 | 11.36 |
| 4       | 475    | Noa Santos       | 11.94 | 11.75 | 9.25  |

## ARREMESSO BOLA

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR19:32  
INÍCIO19:37  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 479    | Sofia Martinho   | POR | 2015 | Sub12   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 20.07 |
| 2       | 664    | Victória Ramirez | POR | 2015 | Sub12   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 17.10 |
| 3       | 967    | Glória Porfírio  | POR | 2016 | Sub12   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 16.19 |
| 4       | 607    | Alice Nobre      | POR | 2015 | Sub12   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 16.11 |
| 5       | 982    | Renata Silva     | POR | 2015 | Sub12   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 14.51 |
| 6       | 1630   | Carolina Sousa   | POR | 2016 | Sub12   | ASSOCIAÇÃO RUN TEJO                                      | 13.66 |
| 7       | 621    | Francisca Pinhão | POR | 2016 | Sub12   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 9.78  |

| Posição | Dorsal | Nome             | 1     | 2     | 3     |
|---------|--------|------------------|-------|-------|-------|
| 1       | 479    | Sofia Martinho   | 19.49 | 20.07 | 19.49 |
| 2       | 664    | Victória Ramirez | 17.10 | 16.60 | 13.81 |
| 3       | 967    | Glória Porfírio  | 14.34 | 14.00 | 16.19 |
| 4       | 607    | Alice Nobre      | 11.80 | 16.11 | 13.98 |
| 5       | 982    | Renata Silva     | 12.41 | 14.51 | 13.99 |
| 6       | 1630   | Carolina Sousa   | 13.18 | 13.66 | 11.19 |
| 7       | 621    | Francisca Pinhão | 9.07  | 9.21  | 9.78  |



## PESO 4KG

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR19:45  
INÍCIO19:45  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome         | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                               | Marca |
|---------|--------|--------------|-----|------|---------|------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 2824   | Pedro Caiado | POR | 1952 | V70     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 7.33  |
| 2       | 2863   | José Colaço  | POR | 1955 | V70     | CLUBE DE ATLETISMO DO OESTE                          | 6.20  |

| Posição | Dorsal | Nome         | 1    | 2    | 3    | 4    |
|---------|--------|--------------|------|------|------|------|
| 1       | 2824   | Pedro Caiado | 7.15 | 6.75 | 7.33 | 7.20 |
| 2       | 2863   | José Colaço  | 5.10 | 6.20 | 5.68 | 5.36 |

## PESO 5KG

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR19:46  
INÍCIO19:49  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome            | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                 | Marca |
|---------|--------|-----------------|-----|------|---------|------------------------|-------|
| 1       | 2192   | Emerson Pereira | CPV | 2009 | Sub18   | SPORT LISBOA E BENFICA | 14.22 |

| Posição | Dorsal | Nome            | 1 | 2 | 3     | 4 | 5     | 6 |
|---------|--------|-----------------|---|---|-------|---|-------|---|
| 1       | 2192   | Emerson Pereira | X | X | 13.65 | X | 14.22 | X |

## PESO 5KG

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR19:48  
INÍCIO19:48  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome            | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|-----------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 2659   | Fernando Santos | POR | 1965 | V60     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 8.29  |

| Posição | Dorsal | Nome            | 1 | 2    | 3    | 4 |
|---------|--------|-----------------|---|------|------|---|
| 1       | 2659   | Fernando Santos | X | 8.29 | 7.76 | X |

## PESO 3KG

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR19:49  
INÍCIO19:51  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome               | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|--------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 2949   | António Fortunato  | POR | 1946 | V80     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 9.65  |
| 2       | 463    | Albertino Pinto    | POR | 1945 | V80     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 5.93  |
|         | 468    | Francisco Cipriano | POR | 1942 | V80     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | DNS   |

| Posição | Dorsal | Nome              | 1    | 2    | 3 | 4    |
|---------|--------|-------------------|------|------|---|------|
| 1       | 2949   | António Fortunato | 9.65 | X    | X | X    |
| 2       | 463    | Albertino Pinto   | 5.15 | 5.93 | X | 5.70 |



## PESO 6KG

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR19:51  
INÍCIO19:54  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 3419   | Herédio Costa     | POR | 1971 | V50     | MAIA A C                                                 | 14.81 |
| 2       | 2664   | Sérgio Gregório   | POR | 1975 | V50     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 9.37  |
| 3       | 2661   | Luís Gomes        | POR | 1970 | V55     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 8.06  |
| 4       | 2667   | Miguel Carmo      | POR | 1971 | V55     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 7.88  |
| 5       | 473    | Mário Estêvão     | POR | 1973 | V50     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 6.60  |
|         | 1442   | Luís Duarte       | POR | 1973 | V50     | LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE                           | DNS   |
|         | 989    | Valdemar Ferreira | POR | 1976 | V50     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTEROLENSE      | DNS   |

| Posição | Dorsal | Nome            | 1    | 2     | 3     | 4     |
|---------|--------|-----------------|------|-------|-------|-------|
| 1       | 3419   | Herédio Costa   | X    | 14.33 | 14.48 | 14.81 |
| 2       | 2664   | Sérgio Gregório | 9.37 | X     | X     | 9.15  |
| 3       | 2661   | Luís Gomes      | X    | 7.30  | 7.99  | 8.06  |
| 4       | 2667   | Miguel Carmo    | X    | X     | 7.88  | 7.56  |
| 5       | 473    | Mário Estêvão   | 5.70 | X     | 6.60  | -     |

## PESO 7,26KG

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR19:55  
INÍCIO19:59  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome            | Nac | Ano  | Escalão  | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|-----------------|-----|------|----------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 3318   | Tomás Rodrigues | POR | 2001 | Seniores | JUV VIDIGALENSE                                          | 14.69 |
| 2       | 476    | Rafael Estêvão  | POR | 2006 | Sub23    | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 6.25  |

| Posição | Dorsal | Nome            | 1     | 2 | 3     | 4 | 5 | 6 |
|---------|--------|-----------------|-------|---|-------|---|---|---|
| 1       | 3318   | Tomás Rodrigues | 14.69 | X | 14.52 | X | X | X |
| 2       | 476    | Rafael Estêvão  | 5.83  | X | 6.25  | - | - | - |

## PESO 7,26KG

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR19:57  
INÍCIO19:58  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome            | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|-----------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 2511   | Nelson Martinho | POR | 1979 | V45     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 8.44  |
| 2       | 478    | Sérgio Cipriano | POR | 1978 | V45     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 8.34  |

| Posição | Dorsal | Nome            | 1    | 2    | 3    | 4    |
|---------|--------|-----------------|------|------|------|------|
| 1       | 2511   | Nelson Martinho | 8.13 | 8.44 | 7.85 | 8.38 |
| 2       | 478    | Sérgio Cipriano | 8.24 | 8.09 | 8.34 | 8.19 |



## ARREMESSO BOLA

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR20:17  
INÍCIO20:19  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                               | Marca |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 3154   | Miguel Mendes    | POR | 2017 | Sub10   | SPORTING CLUBE MOITENSE                              | 21.99 |
| 2       | 3295   | Rodrigo Lima     | POR | 2018 | Sub10   | C D BOMBARRAL                                        | 21.70 |
| 3       | 2954   | Paulo Porfírio   | POR | 2018 | Sub10   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 7.03  |
|         | 2937   | Duarte Rosatella | POR | 2019 | Sub10   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | DNS   |

| Posição | Dorsal | Nome           | 1     | 2     | 3     |
|---------|--------|----------------|-------|-------|-------|
| 1       | 3154   | Miguel Mendes  | 21.99 | 21.48 | X     |
| 2       | 3295   | Rodrigo Lima   | 21.70 | 16.50 | 21.58 |
| 3       | 2954   | Paulo Porfírio | 7.03  | 6.35  | 5.26  |

## ARREMESSO BOLA

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR20:19  
INÍCIO20:20  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 474    | Martim Santos    | POR | 2015 | Sub12   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 42.36 |
| 2       | 606    | Afonso Primor    | POR | 2015 | Sub12   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 29.19 |
| 3       | 2788   | Rodrigo Pinto    | POR | 2016 | Sub12   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 27.34 |
| 4       | 988    | Tiago Guiomar    | POR | 2016 | Sub12   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE     | 22.27 |
|         | 3300   | Leonardo Machado | POR | 2016 | Sub12   | C D BOMBARRAL                                            | DNS   |

| Posição | Dorsal | Nome          | 1     | 2     | 3     |
|---------|--------|---------------|-------|-------|-------|
| 1       | 474    | Martim Santos | 35.03 | 38.59 | 42.36 |
| 2       | 606    | Afonso Primor | 22.59 | 23.00 | 29.19 |
| 3       | 2788   | Rodrigo Pinto | 26.49 | 27.34 | 25.58 |
| 4       | 988    | Tiago Guiomar | 22.27 | X     | 21.22 |

## PESO ADAPTADO

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR20:21  
INÍCIO20:22  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão  | Equipa                                     | Marca |
|---------|--------|-------------------|-----|------|----------|--------------------------------------------|-------|
| 1       | 618    | Elisabete Gouveia | POR | 2003 | Seniores | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 3.98  |

| Posição | Dorsal | Nome              | 1    | 2    | 3    | 4    | 5    | 6    |
|---------|--------|-------------------|------|------|------|------|------|------|
| 1       | 618    | Elisabete Gouveia | 3.63 | 3.84 | 3.96 | 3.29 | 3.98 | 3.79 |



## DARDO 400 G - FEM

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR20:30  
INÍCIO20:42  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                              | Marca |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|-----------------------------------------------------|-------|
| 1       | 978    | Mariana Porfírio | POR | 2013 | Sub14   | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTEROLENSE | 21.09 |
| 2       | 616    | Carolina Gomes   | POR | 2013 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS          | 14.22 |
| 3       | 620    | Filipa Pinhão    | POR | 2013 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS          | 13.60 |
| 4       | 642    | Matilde Bandeira | POR | 2013 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS          | 8.15  |

| Posição | Dorsal | Nome             | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|--------|------------------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | 978    | Mariana Porfírio | 17.15 | 19.89 | 20.06 | 21.09 |
| 2       | 616    | Carolina Gomes   | 10.59 | 12.24 | -     | 14.22 |
| 3       | 620    | Filipa Pinhão    | 11.64 | 13.60 | 12.69 | X     |
| 4       | 642    | Matilde Bandeira | 7.05  | 6.70  | 7.24  | 8.15  |

## DARDO 500 G - FEM

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR20:43  
INÍCIO20:44  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 615    | Carolina Ferreira | POR | 2012 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 12.82 |
| 2       | 3635   | Inês Fonte        | POR | 2012 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 11.54 |
| 3       | 3634   | Diana Vial        | POR | 2012 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 9.71  |
| 4       | 639    | Maria Inês Costa  | POR | 2011 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | 8.84  |
|         | 2660   | Petra Gomes       | POR | 2012 | Sub16   | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | DNS   |

| Posição | Dorsal | Nome              | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|--------|-------------------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | 615    | Carolina Ferreira | 12.82 | 11.30 | 10.98 | 11.23 |
| 2       | 3635   | Inês Fonte        | 11.30 | 10.82 | 11.54 | X     |
| 3       | 3634   | Diana Vial        | 9.13  | 9.71  | 9.45  | 9.34  |
| 4       | 639    | Maria Inês Costa  | 8.52  | 8.35  | 8.84  | 6.98  |

## PESO 3KG

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR20:49  
INÍCIO20:51  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome         | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|--------------|-----|------|---------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 2662   | Ana Marques  | POR | 1972 | V50     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 10.12 |
| 2       | 477    | Rosa Estêvão | POR | 1969 | V55     | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 4.52  |

| Posição | Dorsal | Nome         | 1     | 2    | 3    | 4    |
|---------|--------|--------------|-------|------|------|------|
| 1       | 2662   | Ana Marques  | 10.12 | 9.85 | 9.94 | 9.78 |
| 2       | 477    | Rosa Estêvão | 3.91  | 4.25 | 4.09 | 4.52 |



## PESO 4KG

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR20:50  
INÍCIO20:50  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome          | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                               | Marca |
|---------|--------|---------------|-----|------|---------|------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 3058   | Elisa Semedo  | POR | 1981 | V40     | GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE | 9.26  |
| 2       | 646    | Neusa Sampaio | POR | 1980 | V45     | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS           | 6.13  |
| 3       | 625    | Helena Inácio | POR | 1984 | V40     | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS           | 5.19  |

| Posição | Dorsal | Nome          | 1    | 2    | 3    | 4    |
|---------|--------|---------------|------|------|------|------|
| 1       | 3058   | Elisa Semedo  | 9.26 | X    | X    | 7.76 |
| 2       | 646    | Neusa Sampaio | 5.02 | 5.03 | 6.13 | 5.51 |
| 3       | 625    | Helena Inácio | 4.79 | 5.17 | 4.99 | 5.19 |

## PESO 3KG - FEM

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR20:52  
INÍCIO20:55  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome             | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                       | Marca |
|---------|--------|------------------|-----|------|---------|------------------------------|-------|
| 1       | 1759   | Adarlene Binta   | POR | 2010 | Sub18   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL   | 15.23 |
| 2       | 1993   | Margarida Bento  | POR | 2009 | Sub18   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL   | 12.89 |
| 3       | 1707   | Matilde Ferreira | POR | 2009 | Sub18   | SPORTING CLUBE LOURINHANENSE | 7.30  |
| 4       | 3148   | Leonor Patrício  | POR | 2010 | Sub18   | SPORTING CLUBE MOITENSE      | 5.59  |

| Posição | Dorsal | Nome             | 1     | 2     | 3     | 4     | 5     | 6     |
|---------|--------|------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | 1759   | Adarlene Binta   | 14.72 | 15.13 | 15.23 | X     | X     | X     |
| 2       | 1993   | Margarida Bento  | 12.56 | X     | 12.47 | 12.75 | 12.89 | 12.88 |
| 3       | 1707   | Matilde Ferreira | 7.30  | X     | 5.96  | 6.44  | 5.93  | 6.92  |
| 4       | 3148   | Leonor Patrício  | 4.25  | 4.97  | 4.91  | 4.70  | 5.59  | 5.37  |

## PESO 4KG - FEM

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR20:57  
INÍCIO21:00  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome                | Nac | Ano  | Escalão  | Equipa                                                   | Marca |
|---------|--------|---------------------|-----|------|----------|----------------------------------------------------------|-------|
| 1       | 464    | Alexandra Anjos     | POR | 1993 | Seniores | ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA | 7.06  |
|         | 614    | Bruna Augusto       | POR | 2008 | Sub20    | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS               | DNS   |
|         | 1743   | Natacha Constantino | POR | 2007 | Sub20    | SPORTING CLUBE MOITENSE                                  | DNS   |

| Posição | Dorsal | Nome                | 1    | 2    | 3    | 4    | 5    | 6    |
|---------|--------|---------------------|------|------|------|------|------|------|
| 1       | 464    | Alexandra Anjos     | 6.56 | 6.74 | 6.67 | 7.06 | 6.83 | 6.86 |
| DNS     | 1743   | Natacha Constantino |      |      |      |      |      |      |



## TRIPLO

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR21:10 21:14  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal      | Nome           | Nac  | Ano   | Escalão                                    | Equipa                                     | Vento | Marca |
|---------|-------------|----------------|------|-------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 626         | Inês Guerreiro | POR  | 2010  | Sub18                                      | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 2,4   | 9.49  |
| 2       | 644         | Mia Tenera     | POR  | 2010  | Sub18                                      | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 2,2   | 8.74  |
| 2512    | Inês Flores | POR            | 2010 | Sub18 | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS |                                            |       | DNS   |

| Posição | Dorsal | Nome           | 1           | 2           | 3           | 4           | 5           | 6           |
|---------|--------|----------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 1       | 626    | Inês Guerreiro | 9.32<br>4,1 | 9.30<br>3,9 | 9.49<br>2,4 | 9.46<br>3,2 | 8.97<br>3,3 | X           |
| 2       | 644    | Mia Tenera     | 8.07<br>3,3 | 8.26<br>2,1 | 8.71<br>3,3 | 8.68<br>2,5 | 8.74<br>2,2 | 8.37<br>2,6 |

## TRIPLO

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR21:15 21:19  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal        | Nome         | Nac  | Ano  | Escalão                            | Equipa                                     | Vento | Marca |
|---------|---------------|--------------|------|------|------------------------------------|--------------------------------------------|-------|-------|
| 1       | 617           | David Santos | POR  | 2009 | Sub18                              | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 1,7   | 11.95 |
| 1370    | Orlando Alves | POR          | 1972 | V50  | JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO |                                            |       | DNS   |

| Posição | Dorsal | Nome         | 1            | 2            | 3            | 4            | 5            | 6            |
|---------|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 1       | 617    | David Santos | 11.92<br>2,8 | 11.95<br>1,7 | 11.90<br>3,3 | 11.68<br>1,8 | 11.79<br>3,5 | 11.88<br>3,9 |

## DARDO 600 G - MASC

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR21:21 21:23  
INÍCIO FIM

| Posição | Dorsal | Nome           | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                     | Marca |
|---------|--------|----------------|-----|------|---------|--------------------------------------------|-------|
| 1       | 663    | Vasco Caroço   | POR | 2011 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 33.53 |
| 2       | 2091   | Rodrigo Costa  | POR | 2012 | Sub16   | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                 | 30.79 |
| 3       | 624    | Gustavo Galvão | POR | 2011 | Sub16   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 22.50 |

| Posição | Dorsal | Nome           | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|--------|----------------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | 663    | Vasco Caroço   | 20.23 | 31.96 | 33.53 | X     |
| 2       | 2091   | Rodrigo Costa  | X     | 30.79 | X     | 27.81 |
| 3       | 624    | Gustavo Galvão | X     | 22.50 | 21.44 | 21.69 |



## DARDO 500 G - MASC

## FINAL

17 JUNHO 2026

AR LIVRE  
OUTDOOR21:21  
INÍCIO21:24  
FIM

| Posição | Dorsal | Nome              | Nac | Ano  | Escalão | Equipa                                     | Marca |
|---------|--------|-------------------|-----|------|---------|--------------------------------------------|-------|
| 1       | 3350   | Gabriel Fonseca   | POR | 2013 | Sub14   | C D BOMBARRAL                              | 29.30 |
| 2       | 1737   | Joaquim Rêgo      | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE MOITENSE                    | 17.18 |
| 3       | 1756   | Tomás Querido     | POR | 2014 | Sub14   | SPORTING CLUBE MOITENSE                    | 16.44 |
| 4       | 647    | Nuno Francisco    | POR | 2014 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 12.66 |
| 5       | 658    | Simão Ramos       | POR | 2013 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 11.28 |
| 6       | 612    | Aron Van Der Helm | NED | 2013 | Sub14   | CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS | 9.55  |

| Posição | Dorsal | Nome              | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|--------|-------------------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | 3350   | Gabriel Fonseca   | X     | 29.30 | X     | 28.33 |
| 2       | 1737   | Joaquim Rêgo      | 13.20 | 11.95 | 17.00 | 17.18 |
| 3       | 1756   | Tomás Querido     | 16.17 | 15.80 | X     | 16.44 |
| 4       | 647    | Nuno Francisco    | 9.98  | 12.66 | 11.04 | 11.99 |
| 5       | 658    | Simão Ramos       | 10.90 | 10.70 | 10.85 | 11.28 |
| 6       | 612    | Aron Van Der Helm | 7.43  | X     | 9.55  | 8.03  |



## Participações por Clubes

| Equipa  | Nome                                                     | Associação | Total Participações | Total Atletas | Participações Masculinos | Atletas Masculinos | Participações Femininas | Atleta Femininas |
|---------|----------------------------------------------------------|------------|---------------------|---------------|--------------------------|--------------------|-------------------------|------------------|
| ADNO    | Associação Desportiva Nucleoeiras - Adno                 | Lisboa     | 2                   | 2             | 1                        | 1                  | 1                       | 1                |
| AMCRFG  | Associação De Moradores Cultura E Recreio Da Fonte Grada | Lisboa     | 31                  | 27            | 18                       | 16                 | 13                      | 11               |
| CAOESTE | Clube De Atletismo Do Oeste                              | Lisboa     | 13                  | 12            | 9                        | 8                  | 4                       | 4                |
| CAOV    | Olímpico Vianense                                        | V.Castelo  | 1                   | 1             | 0                        | 0                  | 1                       | 1                |
| CATV    | Catv - Clube De Atletismo De Torres Vedras               | Lisboa     | 51                  | 32            | 13                       | 8                  | 38                      | 24               |
| CDBBR   | C D Bombarral                                            | Leiria     | 7                   | 6             | 6                        | 5                  | 1                       | 1                |
| CDSSC   | C D S Salvador Campo                                     | Porto      | 1                   | 1             | 1                        | 1                  | 0                       | 0                |
| EBMDS   | Eb Mestre Domingos Saraiva                               | Lisboa     | 1                   | 1             | 0                        | 0                  | 1                       | 1                |
| GDRCP   | Grupo Desportivo Recreativo E Cultural Ponterrolense     | Lisboa     | 41                  | 31            | 27                       | 21                 | 14                      | 10               |
| JOMA    | Juventude Operária Do Monte Abraão                       | Lisboa     | 2                   | 1             | 2                        | 1                  | 0                       | 0                |
| JV      | Juv Vidigalense                                          | Leiria     | 1                   | 1             | 1                        | 1                  | 0                       | 0                |
| LPSC    | LindA-A-Pastora Sporting Clube                           | Lisboa     | 1                   | 1             | 1                        | 1                  | 0                       | 0                |
| MAC     | Maia A C                                                 | Porto      | 1                   | 1             | 1                        | 1                  | 0                       | 0                |
| RUNTEJO | Associação Run Tejo                                      | Lisboa     | 3                   | 2             | 1                        | 1                  | 2                       | 1                |
| SCLOU   | Sporting Clube Lourinhanense                             | Lisboa     | 25                  | 17            | 16                       | 11                 | 9                       | 6                |
| SCM-L   | Sporting Clube Moitense                                  | Lisboa     | 24                  | 13            | 8                        | 5                  | 16                      | 8                |
| SCP     | Sporting Clube De Portugal                               | Lisboa     | 15                  | 13            | 4                        | 3                  | 11                      | 10               |
| SLB     | Sport Lisboa E Benfica                                   | Lisboa     | 1                   | 1             | 1                        | 1                  | 0                       | 0                |
| SMAFC   | Monte Agraço Futebol Clube                               | Lisboa     | 2                   | 2             | 0                        | 0                  | 2                       | 2                |
| UDPF    | União Desportiva Da Ponte De Frielas                     | Lisboa     | 4                   | 4             | 4                        | 4                  | 0                       | 0                |
| IND-LX  | Individual - Lisboa                                      | Lisboa     | 2                   | 1             | 2                        | 1                  | 0                       | 0                |
| Total   |                                                          |            | 229                 | 170           | 116                      | 90                 | 113                     | 80               |



## Participações por Escalão

| Escalão    | Total Participações | Total Atletas | Participações Masculinos | Atletas Masculinos | Participações Femininas | Atleta Femininas |
|------------|---------------------|---------------|--------------------------|--------------------|-------------------------|------------------|
| Benjamim A | 102                 | 18            | 48                       | 8                  | 54                      | 10               |
| Benjamim B | 96                  | 18            | 39                       | 8                  | 57                      | 10               |
| SUB14      | 96                  | 20            | 48                       | 10                 | 48                      | 10               |
| SUB16      | 90                  | 24            | 39                       | 11                 | 51                      | 13               |
| SUB18      | 75                  | 22            | 21                       | 7                  | 54                      | 15               |
| SUB20      | 36                  | 11            | 15                       | 5                  | 21                      | 6                |
| SUB23      | 6                   | 2             | 3                        | 1                  | 3                       | 1                |
| Seniores   | 33                  | 11            | 21                       | 7                  | 12                      | 4                |
| V35        | 9                   | 3             | 9                        | 3                  | 0                       | 0                |
| V40        | 21                  | 5             | 6                        | 2                  | 15                      | 3                |
| V45        | 24                  | 8             | 15                       | 5                  | 9                       | 3                |
| V50        | 30                  | 9             | 24                       | 7                  | 6                       | 2                |
| V55        | 18                  | 5             | 15                       | 4                  | 3                       | 1                |
| V60        | 15                  | 5             | 9                        | 3                  | 6                       | 2                |
| V65        | 3                   | 1             | 3                        | 1                  | 0                       | 0                |
| V70        | 12                  | 3             | 12                       | 3                  | 0                       | 0                |
| V75        | 3                   | 1             | 3                        | 1                  | 0                       | 0                |
| V80        | 18                  | 4             | 18                       | 4                  | 0                       | 0                |
| Total      | 229                 | 170           | 116                      | 90                 | 113                     | 80               |