



400 METROS

1ª SÉRIE F

19 JULHO 2026

24° C 68%
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR18:27 18:32
INÍCIO FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Pista	Marca
1	3997	Flor Santos	POR	2017	Sub10	OLÍMPICO C LAGOS	3	1:17.18
2	472	Maria Beatriz Afonso	POR	2017	Sub10	ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA	4	1:17.44
3	3991	Alice Santos	POR	2017	Sub10	OLÍMPICO C LAGOS	8	1:23.13
4	3585	Maria Viana	POR	2017	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1	1:26.47
5	2326	Carolina Baginha	POR	2017	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7	1:29.65
6	2365	Matilde Bagagem	POR	2017	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6	1:37.28
7	8001	Jasmeen Kaur	POR	2019	Sub10	OLÍMPICO C LAGOS	10	1:51.16
8	2388	Yasmin Aziz	POR	2017	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2	1:59.26
9	3946	Ana Viana	POR	2020	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	9	2:40.55
	268	Leonor Garcia	POR	2018	Sub10	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	5	DNS

400 METROS

1ª SÉRIE M

19 JULHO 2026

24° C 68%
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR18:33 18:35
INÍCIO FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Pista	Marca
1	2334	Daniel Alves	POR	2017	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2	1:26.51
2	2387	Vicente Coelho	POR	2018	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1	1:27.48
3	1757	Vicente Rego	POR	2019	Sub10	SPORTING CLUBE MOITENSE	4	1:29.21
4	2370	Omar Aziz	POR	2018	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	3	1:32.56

800 METROS

1ª SÉRIE F

19 JULHO 2026

24° C 68%
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR18:36 18:40
INÍCIO FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	2382	Sofia Carvalho	POR	2015	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:55.94
2	258	Isis Relvas	POR	2015	Sub12	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	2:56.81
3	3987	Sophie Gonçalves	POR	2015	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	3:01.31
4	3916	Eva Campino	POR	2015	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	3:17.43

800 METROS

1ª SÉRIE M

19 JULHO 2026

24° C 69%
TEMPERATURA HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR18:42 18:46
INÍCIO FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	1963	Leu Nedaboi	BLR	2016	Sub12	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	2:43.93
2	3970	Santiago Ângelo	POR	2015	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	2:46.43
3	3967	Martim Santos	POR	2015	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	3:01.49
4	3995	André Glória	POR	2015	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	3:11.48
	3980	Lourenço Glória	POR	2016	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	DNS



MILHA PISTA

1ª SÉRIE F

19 JULHO 2026

23° C
TEMPERATURA70%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR18:53
INÍCIO19:03
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	692	Madalena Gonçalves	POR	2012	Sub16	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	6:31.05
2	672	Carminho Matias	POR	2013	Sub14	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	6:39.06
3	3978	Bruna Correia	POR	2013	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	6:49.01
4	3969	Carolina Alves	POR	2013	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	8:34.52
5	3996	Bruna Barbosa	POR	2011	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	10:09.64
	3954	Alicia Gonçalves	POR	2013	Sub14	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS
	3979	Maria Inês Martins	POR	2012	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	DNS
	3971	Alexandra Neto	POR	2014	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	DNS
	3990	Laura Santos	POR	2012	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	DNS
	2739	Alexandra Ajetunmobi	NGR	2013	Sub14	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	DNS
	676	Eva Arsenio	POR	2014	Sub14	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS
	3975	Margarida Fialho	POR	2014	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	DNS

MILHA PISTA

1ª SÉRIE M

19 JULHO 2026

23° C
TEMPERATURA70%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR19:05
INÍCIO19:13
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	3968	David Cruz	POR	2012	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	5:06.18
2	2352	José Pedro Palma	POR	2011	Sub16	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:36.88
3	8000	Agam Chakkal	POR	2014	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	5:43.37
4	1737	Joaquim Rêgo	POR	2014	Sub14	SPORTING CLUBE MOITENSE	6:09.00
5	3953	Gabriel Reis	POR	2011	Sub16	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:23.73
6	2743	Henrique Ruela	POR	2012	Sub16	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	6:34.62
7	3982	Gabriel Lopes	POR	2012	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	6:53.98
8	2349	Jorge Alves	POR	2013	Sub14	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:03.74
	3973	Gil Santos	POR	2011	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	DNS
	704	Rafael Pereira	POR	2011	Sub16	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS
	4034	David Maia	POR	2011	Sub16	CLUBE PEDRO PESSOA	DNS
	3985	Afonso Matos	POR	2014	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	DNS
	4000	Miguel Lopes	POR	2014	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	DNS
	3606	Santiago Gouveia	POR	2014	Sub14	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS



Comunicado de Resultados

MILHA PISTA

2ª SÉRIE F

19 JULHO 2026

23° C
TEMPERATURA70%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR19:15
INÍCIO19:24
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	3956	Margarida Silva	POR	2005	Sub23	OLÍMPICO C LAGOS	5:44.83
2	1678	Telma Sofia Silva	POR	1991	Seniores	ASSOCIAÇÃO RUN TEJO	5:47.20
3	2327	Carolina Travassos	POR	2004	Sub23	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:47.49
4	2316	Ana Machado	POR	1996	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:49.25
5	2362	Mariana Vieira	POR	2000	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:21.55
6	2355	Leonor Fernandes	POR	2000	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	8:39.13
7	2322	Beatriz Pires	POR	1998	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	9:07.53
	2338	Filipa Rodrigues	POR	1995	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS
	3957	Joana Barros	POR	2002	Seniores	OLÍMPICO C LAGOS	DNS

MILHA PISTA

3ª SÉRIE F

19 JULHO 2026

23° C
TEMPERATURA71%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR19:26
INÍCIO19:35
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	2013	Mariana Isidro	POR	2009	Sub18	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	5:45.50
2	3984	Jessica Fernandes	POR	2010	Sub18	OLÍMPICO C LAGOS	6:48.47
3	3993	Mariana Rodrigues	POR	2009	Sub18	OLÍMPICO C LAGOS	7:04.21
4	2744	Matilde Ruela	POR	2009	Sub18	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	7:09.41
5	3955	Laura Silva	POR	2008	Sub20	OLÍMPICO C LAGOS	7:17.74
6	2361	Margarida Alfredo	POR	2010	Sub18	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:20.41
7	3994	Mariamo Adelino		2008	Sub20	OLÍMPICO C LAGOS	8:18.48
8	2461	Inês Galvão	POR	2010	Sub18	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	8:46.47
	3998	Jasimine Cugilana	ANG	2009	Sub18	OLÍMPICO C LAGOS	DNS
	2161	Inês Veredas	POR	2007	Sub20	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	DNS
	3621	Djamila Lima	POR	2009	Sub18	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	DNS



MILHA PISTA

4ª SÉRIE F

19 JULHO 2026

23° C
TEMPERATURA72%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR19:37
INÍCIO19:47
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	1573	Susana Figueira	POR	1975	F50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	7:04.64
2	2389	Zulmira Rodrigues	POR	1966	F55	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:20.90
3	2721	Paula Sousa	POR	1962	F60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	7:30.83
4	2384	Svitlana Lagodenko	POR	1973	F50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:33.99
5	2315	Ana Macedo	POR	1972	F50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	8:30.68
6	1544	Ilda Sousa	CPV	1961	F60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	8:56.98
7	1536	Cristina Paiva	POR	1971	F55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	9:33.44
	2675	Ermelinda Mineiro	POR	1961	F65	CENTRO DESPORTIVO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA	DNS
	2330	Catarina Quintas	POR	1972	F50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS
	125	Ana Cleto	POR	1969	F55	ASSOCIAÇÃO DOS AMIGOS DO ATLETISMO DE MAFRA	DNS

MILHA PISTA

5ª SÉRIE F

19 JULHO 2026

23° C
TEMPERATURA73%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR19:47
INÍCIO19:59
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	1545	Inês Almeida	POR	1984	F40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	6:11.89
2	2313	Ana Filipa Sampaio	POR	1989	F35	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:37.74
3	220	Ana Teresa Monteiro	POR	1987	F35	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	6:46.48
4	3981	Vera Viana	POR	1980	F45	OLÍMPICO C LAGOS	6:55.87
5	3977	Sandra Pinheiro	POR	1982	F40	OLÍMPICO C LAGOS	7:30.50
6	1572	Susana Fernandes	POR	1982	F40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	7:41.38
7	3952	Sónia Lopes	POR	1977	F45	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	8:30.74
8	3939	Ana Rocha	POR	1983	F40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	9:19.19
9	3940	Daniela Sepúlveda	POR	1986	F40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	10:54.80
	3338	Carla Almeida	POR	1988	F35	A C R SRA DESTERRO	DNS
	2346	Inês Sirgado	POR	1986	F40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS



MILHA PISTA

2ª SÉRIE M

19 JULHO 2026

23° C
TEMPERATURA74%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR19:59
INÍCIO20:05
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	3403	Mário Almeida	POR	2002	Seniores	GRUPO REC EIRENSE	4:36.34
2	2344	Hugo Fontan	POR	2003	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:02.88
3	3140	Hugo Leal	POR	1997	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	5:09.69
4	3942	Guilherme Cardoso	POR	1993	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:22.40
5	1273	Abdulai Djaló	GBS	1998	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	5:52.05
6	3947	João Seixas	POR	1994	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:59.30
7	2347	Ivo Brito	POR	1999	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:13.95
	3229	António Câmara	POR	2001	Seniores	CD OPERÁRIO LAGOA	DNS
	3989	Oziel Souza	BRA	1998	Seniores	OLÍMPICO C LAGOS	DNS
	706	Rafael Salgado	POR	2005	Sub23	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS

MILHA PISTA

3ª SÉRIE M

19 JULHO 2026

23° C
TEMPERATURA74%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR20:06
INÍCIO20:13
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	3049	Afonso Antunes	POR	2004	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	4:33.31
2	2155	André Macedo	POR	2006	Sub23	SOCIEDADE FILARMÓNICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	4:39.80
3	1309	Francisco Almeida	POR	2004	Sub23	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	4:43.68
4	2385	Tiago Cardoso	POR	2008	Sub20	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	4:56.80
5	7999	Paulo Portes	BRA	2007	Sub20	OLÍMPICO C LAGOS	5:58.02
6	3983	João Rodrigues	POR	2005	Sub23	OLÍMPICO C LAGOS	6:08.89
7	1736	João Rodrigues	POR	2010	Sub18	SPORTING CLUBE MOITENSE	6:20.95
8	3949	Rafael Oliveiros	POR	2009	Sub18	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:33.93
9	2340	Francisco Caldeira	POR	2006	Sub23	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:38.11
10	3976	Henrique Anjos	POR	2008	Sub20	OLÍMPICO C LAGOS	7:12.08
	3934	Pedro Pires	POR	2006	Sub23	INGLESES FUTEBOL CLUBE	DNS
	3999	André Braz	POR	2005	Sub23	THOMAR ATHLETICS	DNS
	2737	Gonçalo Mendes	POR	2010	Sub18	SOCIEDADE FILARMÓNICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	DNS
	707	Rodrigo Arsenio	POR	2009	Sub18	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS



MILHA PISTA

4ª SÉRIE M

19 JULHO 2026

23° C
TEMPERATURA74%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR20:14
INÍCIO20:22
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	1571	Pedro Rodrigues	POR	1984	M40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	4:32.75
2	2311	Afzal Aziz	POR	1987	M35	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:00.50
3	2902	Daniel Araujo	POR	1983	M40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	5:02.53
4	3951	Hélio Salvador	POR	1987	M35	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:05.12
5	1318	Hugo Borges	POR	1982	M40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	5:23.29
6	1206	Hugo Boura	POR	1988	M35	ASSOCIAÇÃO 2600TR	5:31.67
7	1748	Ricardo Rêgo	POR	1988	M35	SPORTING CLUBE MOITENSE	6:07.04
8	3974	Nuno Anjos	POR	1984	M40	OLÍMPICO C LAGOS	6:24.08
9	3944	Fábio Bagagem	POR	1986	M35	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:25.41
10	3943	João Carvalho	POR	1984	M40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:25.65
11	3941	Filipe Tomé	POR	1983	M40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:19.64
12	3945	Paulo Viana	POR	1982	M40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:37.86
	899	Yuri Pushkin	RUS	1982	M40	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNS
	3937	Evandro Tavares	POR	1984	M40	---	DNS
	701	Pedro Arsénio	POR	1982	M40	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS
	1316	Harun Ar Rashid	BAN	1984	M40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	DNS



MILHA PISTA

5ª SÉRIE M

19 JULHO 2026

22° C
TEMPERATURA76%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR20:27
INÍCIO20:39
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	3924	Miguel Silva	POR	1970	M55	C D AREIAS S. JOÃO	4:48.77
2	1563	Mário Fernandes	POR	1967	M55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5:39.51
3	2166	Pedro Silva Ferreira	POR	1967	M55	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	5:39.87
4	2817	Paulo Rola	POR	1965	M60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5:42.11
5	3988	Jorge Santos	POR	1961	M65	OLÍMPICO C LAGOS	5:45.86
6	3972	Ozéias Souza	BRA	1968	M55	OLÍMPICO C LAGOS	5:59.67
7	3935	Antonio Penim	POR	1967	M55	---	6:11.17
8	1326	Jaime Pinto	POR	1959	M65	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	6:12.25
9	2372	Pedro Costa Lima	POR	1966	M60	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:41.09
10	3592	Paulino Pacheco	POR	1956	M65	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	6:43.56
11	1551	Jorge Paiva	POR	1964	M60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	6:59.57
12	1531	Armindo Santos	POR	1955	M70	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	7:03.66
13	1143	João Oliveira	POR	1959	M65	INGLESES FUTEBOL CLUBE	7:22.52
14	2350	José Bordalo	POR	1952	M70	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:30.84
15	2353	José Piçarra	POR	1956	M65	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:45.27
16	3966	José Assunção	POR	1963	M60	OLÍMPICO C LAGOS	8:42.41
17	1724	António Primor	POR	1942	M80	SPORTING CLUBE MOITENSE	10:01.75
18	684	José Lindo	POR	1946	M80	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	11:05.30
19	2320	Augusto Ramôa	POR	1952	M70	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	11:17.34
	1553	José Almeida	POR	1949	M75	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	DNS

MILHA PISTA

6ª SÉRIE M

19 JULHO 2026

22° C
TEMPERATURA76%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR20:39
INÍCIO20:47
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	1070	João Silva	POR	1979	M45	GRUPO MUSICAL 1º DE DEZEMBRO DE QUEIJAS	4:59.18
2	3938	Augusto Pires	POR	1972	M50	C U A BENAVENTENSE	5:32.82
3	2376	Rafael Monteiro	POR	1978	M45	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:40.22
4	3846	Igor Tchemaguine	POR	1972	M50	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA NUCLEOEIRAS - ADNO	5:46.36
5	907	Hugo Brás	POR	1980	M45	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	6:14.36
6	2369	Nuno Mendes	POR	1973	M50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:24.55
7	3933	Ricardo Campos	POR	1975	M50	---	7:02.37
	2545	Nuno Ruela	POR	1972	M50	CLUBE DESPORTIVO OS GALGOS AUDAZES	DNS
	1221	Jorge Simões	POR	1977	M45	Individual - Lisboa	DNS
	877	Ricardo Santos	POR	1981	M45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNS
	699	Nuno Salgado	POR	1979	M45	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS
	2472	José Costa	POR	1977	M45	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS



CLASSIFICAÇÕES

Milha Noturna em Pista - União Atlético Povoense (UAP)

400 METROS (SUB10 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2334	Daniel Alves	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:26.51	8,0
2	2387	Vicente Coelho	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:27.48	7,0
3	1757	Vicente Rego	POR	Sub10	SPORTING CLUBE MOITENSE	1:29.21	6,0
4	2370	Omar Aziz	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:32.56	5,0

400 METROS (SUB10 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3997	Flor Santos	POR	Sub10	OLÍMPICO C LAGOS	1:17.18	8,0
2	472	Maria Beatriz Afonso	POR	Sub10	ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA	1:17.44	7,0
3	3991	Alice Santos	POR	Sub10	OLÍMPICO C LAGOS	1:23.13	6,0
4	3585	Maria Viana	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:26.47	5,0
5	2326	Carolina Baginha	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:29.65	4,0
6	2365	Matilde Bagagem	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:37.28	3,0
7	8001	Jasmeen Kaur	POR	Sub10	OLÍMPICO C LAGOS	1:51.16	2,0
8	2388	Yasmin Aziz	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:59.26	1,0
9	3946	Ana Viana	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:40.55	1,0
	268	Leonor Garcia	POR	Sub10	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	DNS	

800 METROS (SUB12 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1963	Leu Nedaboi	BLR	Sub12	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	2:43.93	8,0
2	3970	Santiago Ângelo	POR	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	2:46.43	7,0
3	3967	Martim Santos	POR	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	3:01.49	6,0
4	3995	André Glória	POR	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	3:11.48	5,0
	3980	Lourenço Glória	POR	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	

800 METROS (SUB12 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2382	Sofia Carvalho	POR	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:55.94	8,0
2	258	Isis Relvas	POR	Sub12	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	2:56.81	7,0
3	3987	Sophie Gonçalves	POR	Sub12	OLÍMPICO C LAGOS	3:01.31	6,0
4	3916	Eva Campino	POR	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	3:17.43	5,0



MILHA PISTA (M35 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2311	Afzal Aziz	POR	M35	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:00.50	8,0
2	3951	Hélio Salvador	POR	M35	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:05.12	7,0
3	1206	Hugo Boura	POR	M35	ASSOCIAÇÃO 2600TR	5:31.67	6,0
4	1748	Ricardo Rêgo	POR	M35	SPORTING CLUBE MOITENSE	6:07.04	5,0
5	3944	Fábio Bagagem	POR	M35	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:25.41	4,0

MILHA PISTA (M40 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1571	Pedro Rodrigues	POR	M40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	4:32.75	8,0
2	2902	Daniel Araujo	POR	M40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	5:02.53	7,0
3	1318	Hugo Borges	POR	M40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	5:23.29	6,0
4	3974	Nuno Anjos	POR	M40	OLÍMPICO C LAGOS	6:24.08	5,0
5	3943	João Carvalho	POR	M40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:25.65	4,0
6	3941	Filipe Tomé	POR	M40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:19.64	3,0
7	3945	Paulo Viana	POR	M40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:37.86	2,0
	3937	Evandro Tavares	POR	M40	---	DNS	
	701	Pedro Arsénio	POR	M40	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS	
	899	Yuri Pushkin	RUS	M40	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNS	
	1316	Harun Ar Rashid	BAN	M40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	DNS	

MILHA PISTA (M45 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1070	João Silva	POR	M45	GRUPO MUSICAL 1º DE DEZEMBRO DE QUEIJAS	4:59.18	8,0
2	2376	Rafael Monteiro	POR	M45	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:40.22	7,0
3	907	Hugo Brás	POR	M45	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	6:14.36	6,0
	877	Ricardo Santos	POR	M45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNS	
	699	Nuno Salgado	POR	M45	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS	
	2472	José Costa	POR	M45	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS	
	1221	Jorge Simões	POR	M45	Individual - Lisboa	DNS	



MILHA PISTA (M50 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3938	Augusto Pires	POR	M50	C U A BENAVENTENSE	5:32.82	8,0
2	3846	Igor Tchemaguine	POR	M50	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA NUCLEOEIRAS - ADNO	5:46.36	7,0
3	2369	Nuno Mendes	POR	M50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:24.55	6,0
4	3933	Ricardo Campos	POR	M50	---	7:02.37	5,0
	2545	Nuno Ruela	POR	M50	CLUBE DESPORTIVO OS GALGOS AUDAZES	DNS	

MILHA PISTA (M55 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3924	Miguel Silva	POR	M55	C D AREIAS S. JOÃO	4:48.77	8,0
2	1563	Mário Fernandes	POR	M55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5:39.51	7,0
3	2166	Pedro Silva Ferreira	POR	M55	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	5:39.87	6,0
4	3972	Ozéias Souza	BRA	M55	OLÍMPICO C LAGOS	5:59.67	5,0
5	3935	Antonio Penim	POR	M55	---	6:11.17	4,0

MILHA PISTA (M60 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2817	Paulo Rola	POR	M60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5:42.11	8,0
2	2372	Pedro Costa Lima	POR	M60	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:41.09	7,0
3	1551	Jorge Paiva	POR	M60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	6:59.57	6,0
4	3966	José Assunção	POR	M60	OLÍMPICO C LAGOS	8:42.41	5,0

MILHA PISTA (M65 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3988	Jorge Santos	POR	M65	OLÍMPICO C LAGOS	5:45.86	8,0
2	1326	Jaime Pinto	POR	M65	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	6:12.25	7,0
3	3592	Paulino Pacheco	POR	M65	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	6:43.56	6,0
4	1143	João Oliveira	POR	M65	INGLESES FUTEBOL CLUBE	7:22.52	5,0
5	2353	José Piçarra	POR	M65	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:45.27	4,0

MILHA PISTA (M70 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1531	Armindo Santos	POR	M70	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	7:03.66	8,0
2	2350	José Bordalo	POR	M70	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:30.84	7,0
3	2320	Augusto Ramôa	POR	M70	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	11:17.34	6,0

20/07/2026 10:51:52 (-4002)

Página 10

PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



PATROCINADORES:





MILHA PISTA (M75 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
	1553	José Almeida	POR	M75	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	DNS	

MILHA PISTA (M80 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1724	António Primor	POR	M80	SPORTING CLUBE MOITENSE	10:01.75	8,0
2	684	José Lindo	POR	M80	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	11:05.30	7,0

MILHA PISTA (F35 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2313	Ana Filipa Sampaio	POR	F35	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:37.74	8,0
2	220	Ana Teresa Monteiro	POR	F35	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	6:46.48	7,0
	3338	Carla Almeida	POR	F35	A C R SRA DESTERRO	DNS	

MILHA PISTA (F40 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1545	Inês Almeida	POR	F40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	6:11.89	8,0
2	3977	Sandra Pinheiro	POR	F40	OLÍMPICO C LAGOS	7:30.50	7,0
3	1572	Susana Fernandes	POR	F40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	7:41.38	6,0
4	3939	Ana Rocha	POR	F40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	9:19.19	5,0
5	3940	Daniela Sepúlveda	POR	F40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	10:54.80	4,0
	2346	Inês Sirgado	POR	F40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS	

MILHA PISTA (F45 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3981	Vera Viana	POR	F45	OLÍMPICO C LAGOS	6:55.87	8,0
2	3952	Sónia Lopes	POR	F45	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	8:30.74	7,0

MILHA PISTA (F50 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1573	Susana Figueira	POR	F50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	7:04.64	8,0
2	2384	Svitlana Lagodenko	POR	F50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:33.99	7,0
3	2315	Ana Macedo	POR	F50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	8:30.68	6,0
	2330	Catarina Quintas	POR	F50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS	



MILHA PISTA (F55 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2389	Zulmira Rodrigues	POR	F55	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:20.90	8,0
2	1536	Cristina Paiva	POR	F55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	9:33.44	7,0
	125	Ana Cleto	POR	F55	ASSOCIAÇÃO DOS AMIGOS DO ATLETISMO DE MAFRA	DNS	

MILHA PISTA (F60 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2721	Paula Sousa	POR	F60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	7:30.83	8,0
2	1544	Ilda Sousa	CPV	F60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	8:56.98	7,0

MILHA PISTA (F65 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
	2675	Ermelinda Mineiro	POR	F65	CENTRO DESPORTIVO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA	DNS	

MILHA PISTA (SUB14 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	8000	Agam Chakkal	POR	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	5:43.37	8,0
2	1737	Joaquim Rêgo	POR	Sub14	SPORTING CLUBE MOITENSE	6:09.00	7,0
3	2349	Jorge Alves	POR	Sub14	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:03.74	6,0
	3985	Afonso Matos	POR	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	
	4000	Miguel Lopes	POR	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	
	3606	Santiago Gouveia	POR	Sub14	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS	

MILHA PISTA (SUB16 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3968	David Cruz	POR	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	5:06.18	8,0
2	2352	José Pedro Palma	POR	Sub16	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:36.88	7,0
3	3953	Gabriel Reis	POR	Sub16	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:23.73	6,0
4	2743	Henrique Ruela	POR	Sub16	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	6:34.62	5,0
5	3982	Gabriel Lopes	POR	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	6:53.98	4,0
	704	Rafael Pereira	POR	Sub16	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS	
	3973	Gil Santos	POR	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	
	4034	David Maia	POR	Sub16	CLUBE PEDRO PESSOA	DNS	



MILHA PISTA (SUB18 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1736	João Rodrigues	POR	Sub18	SPORTING CLUBE MOITENSE	6:20.95	8,0
2	3949	Rafael Oliveiros	POR	Sub18	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:33.93	7,0
	2737	Gonçalo Mendes	POR	Sub18	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	DNS	
	707	Rodrigo Arsenio	POR	Sub18	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS	

MILHA PISTA (SUB20 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2385	Tiago Cardoso	POR	Sub20	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	4:56.80	8,0
2	7999	Paulo Portes	BRA	Sub20	OLÍMPICO C LAGOS	5:58.02	7,0
3	3976	Henrique Anjos	POR	Sub20	OLÍMPICO C LAGOS	7:12.08	6,0

MILHA PISTA (SUB23 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3049	Afonso Antunes	POR	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	4:33.31	8,0
2	2155	André Macedo	POR	Sub23	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	4:39.80	7,0
3	1309	Francisco Almeida	POR	Sub23	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	4:43.68	6,0
4	3983	João Rodrigues	POR	Sub23	OLÍMPICO C LAGOS	6:08.89	5,0
5	2340	Francisco Caldeira	POR	Sub23	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:38.11	4,0
	706	Rafael Salgado	POR	Sub23	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS	
	3934	Pedro Pires	POR	Sub23	INGLESES FUTEBOL CLUBE	DNS	
	3999	André Braz	POR	Sub23	THOMAR ATHLETICS	DNS	

MILHA PISTA (SENIORES MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3403	Mário Almeida	POR	Seniores	GRUPO REC EIRENSE	4:36.34	8,0
2	2344	Hugo Fontan	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:02.88	7,0
3	3140	Hugo Leal	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	5:09.69	6,0
4	3942	Guilherme Cardoso	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:22.40	5,0
5	1273	Abdulai Djaló	GBS	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	5:52.05	4,0
6	3947	João Seixas	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:59.30	3,0
7	2347	Ivo Brito	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:13.95	2,0
	3229	António Câmara	POR	Seniores	CD OPERÁRIO LAGOA	DNS	
	3989	Oziel Souza	BRA	Seniores	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	



MILHA PISTA (SUB14 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	672	Carminho Matias	POR	Sub14	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	6:39.06	8,0
2	3978	Bruna Correia	POR	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	6:49.01	7,0
3	3969	Carolina Alves	POR	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	8:34.52	6,0
	3971	Alexandra Neto	POR	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	
	2739	Alexandra Ajetunmobi	NGR	Sub14	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	DNS	
	676	Eva Arsenio	POR	Sub14	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	DNS	
	3975	Margarida Fialho	POR	Sub14	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	
	3954	Alicia Gonçalves	POR	Sub14	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS	

MILHA PISTA (SUB16 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	692	Madalena Gonçalves	POR	Sub16	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	6:31.05	8,0
2	3996	Bruna Barbosa	POR	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	10:09.64	7,0
	3979	Maria Inês Martins	POR	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	
	3990	Laura Santos	POR	Sub16	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	

MILHA PISTA (SUB18 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2013	Mariana Isidro	POR	Sub18	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	5:45.50	8,0
2	3984	Jessica Fernandes	POR	Sub18	OLÍMPICO C LAGOS	6:48.47	7,0
3	3993	Mariana Rodrigues	POR	Sub18	OLÍMPICO C LAGOS	7:04.21	6,0
4	2744	Matilde Ruela	POR	Sub18	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	7:09.41	5,0
5	2361	Margarida Alfredo	POR	Sub18	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	7:20.41	4,0
6	2461	Inês Galvão	POR	Sub18	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	8:46.47	3,0
	3998	Jasmine Cugilana	ANG	Sub18	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	
	3621	Djamila Lima	POR	Sub18	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	DNS	

MILHA PISTA (SUB20 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3955	Laura Silva	POR	Sub20	OLÍMPICO C LAGOS	7:17.74	8,0
2	3994	Mariamo Adelino		Sub20	OLÍMPICO C LAGOS	8:18.48	7,0
	2161	Inês Veredas	POR	Sub20	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	DNS	



MILHA PISTA (SUB23 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3956	Margarida Silva	POR	Sub23	OLÍMPICO C LAGOS	5:44.83	8,0
2	2327	Carolina Travassos	POR	Sub23	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:47.49	7,0

MILHA PISTA (SENIORES FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1678	Telma Sofia Silva	POR	Seniores	ASSOCIAÇÃO RUN TEJO	5:47.20	8,0
2	2316	Ana Machado	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:49.25	7,0
3	2362	Mariana Vieira	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	6:21.55	6,0
4	2355	Leonor Fernandes	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	8:39.13	5,0
5	2322	Beatriz Pires	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	9:07.53	4,0
	2338	Filipa Rodrigues	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	DNS	
	3957	Joana Barros	POR	Seniores	OLÍMPICO C LAGOS	DNS	



Milha Noturna em Pista - União Atlético Povoense (UAP)

AMBOS

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	UAP	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	46	248
2	OCL	OLÍMPICO C LAGOS	27	172
3	NAZA	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	11	79
4	JOMA	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	7	44
5	SCM-L	SPORTING CLUBE MOITENSE	5	34
6	CAVF	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	3	23
7	SFRAA	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	4	23
8	SCP	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	2	16
9	ACRM	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	2	14
10	RUNTEJO	ASSOCIAÇÃO RUN TEJO	1	8
10	GRE-AA	GRUPO REC EIRENSE	1	8
10	GM1DQ	GRUPO MUSICAL 1º DE DEZEMBRO DE QUEIJAS	1	8
10	CUAB	C U A BENAVENTENSE	1	8
10	CFB	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	1	8
10	CASJ	C D AREIAS S. JOÃO	1	8
16	ADNO	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA NUCLEOEIRAS - ADNO	1	7
16	AMCRFG	ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CULTURA E RECREIO DA FONTE GRADA	1	7
18	CLX	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	1	6
18	2600TR	ASSOCIAÇÃO 2600TR	1	6
20	IFC	INGLESES FUTEBOL CLUBE	1	5



Participações por Clubes

Equipa	Nome	Associação	Total Participações	Total Atletas	Participações Masculinos	Atletas Masculinos	Participações Femininas	Atleta Femininas
2600TR	Associação 2600tr	Lisboa	1	1	1	1	0	0
ACRM	Associação Cultural E Recreativa Da Mealhada	Lisboa	2	2	0	0	2	2
ADNO	Associação Desportiva Nucleoeiras - Adno	Lisboa	1	1	1	1	0	0
AMCRFG	Associação De Moradores Cultura E Recreio Da Fonte Grada	Lisboa	1	1	0	0	1	1
CASJ	C D Areias S. João	Algarve	1	1	1	1	0	0
CAVF	Clube Atletismo De Vale De Figueira	Lisboa	3	3	1	1	2	2
CFB	Clube De Futebol Os Belenenses	Lisboa	1	1	1	1	0	0
CLX	Associação Correr Lisboa	Lisboa	1	1	1	1	0	0
CUAB	C U A Benaventense	Santarém	1	1	1	1	0	0
GM1DQ	Grupo Musical 1º De Dezembro De Queijas	Lisboa	1	1	1	1	0	0
GRE-AA	Grupo Rec Eirense	Coimbra	1	1	1	1	0	0
IFC	Inglese Futebol Clube	Lisboa	1	1	1	1	0	0
JOMA	Juventude Operária Do Monte Abraão	Lisboa	7	7	6	6	1	1
NAZA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	Lisboa	11	11	6	6	5	5
OCL	Olímpico C Lagos	Algarve	27	27	13	13	14	14
RUNTEJO	Associação Run Tejo	Lisboa	1	1	0	0	1	1
SCM-L	Sporting Clube Moitense	Lisboa	5	5	5	5	0	0
SCP	Sporting Clube De Portugal	Lisboa	2	2	1	1	1	1
SFRAA	Sociedade Filarmonica De Apoio Social E Recreio Artístico Da Amadora	Lisboa	4	4	3	3	1	1
UAP	União Atlético Povoense	Lisboa	46	46	25	25	21	21
S-CLUBE	Sem Clube	Lisboa	2	2	2	2	0	0
Total			120	120	71	71	49	49



Participações por Escalão

Escalão	Total Participações	Total Atletas	Participações Masculinos	Atletas Masculinos	Participações Femininas	Atleta Femininas
Benjamim A	13	13	4	4	9	9
Benjamim B	8	8	4	4	4	4
SUB14	6	6	3	3	3	3
SUB16	7	7	5	5	2	2
SUB18	8	8	2	2	6	6
SUB20	5	5	3	3	2	2
SUB23	7	7	5	5	2	2
Seniores	12	12	7	7	5	5
V35	7	7	5	5	2	2
V40	12	12	7	7	5	5
V45	5	5	3	3	2	2
V50	7	7	4	4	3	3
V55	7	7	5	5	2	2
V60	6	6	4	4	2	2
V65	5	5	5	5	0	0
V70	3	3	3	3	0	0
V80	2	2	2	2	0	0
Total	120	120	71	71	49	49