



Associação de Atletismo da Guarda

24º Torneio Distrital "Atleta Completo"

28-03-2010

1

Pentatlo - Infantis

Fem

| Classf.        | Nome / Dorsal / Clube              | Categ/<br>Ano<br>Nasc. | Total de<br>Pontos | 60 Metros<br>Planos        | Lançamento<br>Peso-2Kg | 60 M<br>Barr.Inf.M/F-<br>76 | Salto em<br>Comprimento           | 1.000 Metros |
|----------------|------------------------------------|------------------------|--------------------|----------------------------|------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|--------------|
| 1 <sup>a</sup> | <b>Mariana Gonçalves</b><br>67 UAG | INF<br>1998            | <b>1.394</b>       | <b>308</b><br>1 0,14 + 0,7 | <b>249</b><br>5,65     | <b>165</b><br>1 3,84 + 1,4  | <b>144</b><br>3,21 - 1,5 3 2 6,77 | <b>528</b>   |



**Associação de Atletismo da Guarda**

**www.aag.pt**

Telef: 271221721  
FAX: 218647106  
aaguarda@aag.pt



# Associação de Atletismo da Guarda

## 24º Torneio Distrital "Atleta Completo"

28-03-2010

1

### Pentatlo - Infantis

### Masc

| Classf.        | Nome / Dorsal / Clube            | Categ/<br>Ano<br>Nasc. | Total de<br>Pontos | 60 Metros<br>Planos      | Salto em<br>Comprimento  | 60 M<br>Barr.Inf.M/F-<br>76 | Lançamento<br>Peso-3Kg | 1.000 Metros           |
|----------------|----------------------------------|------------------------|--------------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------------|------------------------|------------------------|
| 1 <sup>º</sup> | <b>Gil Pinto</b><br>48 ACRASX    | INF<br>1997            | <b>1.708</b>       | <b>454</b><br>8,38 + 1,0 | <b>303</b><br>4,57 + 0,1 | <b>252</b><br>1 1,80 + 1,7  | <b>456</b><br>9,50     | <b>243</b><br>3 5 2,62 |
| 2 <sup>º</sup> | <b>Miguel Silva</b><br>64 UAG    | INF<br>1998            | <b>1.439</b>       | <b>406</b><br>8,57 + 1,0 | <b>264</b><br>4,35       | <b>211</b><br>1 2,13 + 1,7  | <b>221</b><br>5,52     | <b>337</b><br>3 3 8,46 |
| 3 <sup>º</sup> | <b>Diogo Oliveira</b><br>50 CAS  | INF<br>1997            | <b>1.319</b>       | <b>293</b><br>9,05 + 1,0 | <b>255</b><br>4,30 - 0,2 | <b>243</b><br>1 1,87 + 1,7  | <b>288</b><br>6,67     | <b>240</b><br>3 5 3,11 |
| 4 <sup>º</sup> | <b>Dinis Rodrigues</b><br>51 CAS | INF<br>1998            | <b>1.215</b>       | <b>253</b><br>9,24 + 1,0 | <b>235</b><br>4,18       | <b>87</b><br>1 3,37 + 1,7   | <b>263</b><br>6,25     | <b>377</b><br>3 3 3,02 |



# Associação de Atletismo da Guarda

[www.aag.pt](http://www.aag.pt)

Telef: 271221721  
FAX: 218647106  
[aaguarda@aag.pt](mailto:aaguarda@aag.pt)



### Heptatlo Iniciados

Fem

| Classf.        | Nome / Dorsal / Clube              | Categ/<br>Ano<br>Nasc. | Total de<br>Pontos | 80 M<br>Barreiras-<br>0,76 | Dardo 500 Gr        | Salto em<br>Altura | 80 Metros<br>Planos        | Salto em<br>Comprimento  | Lançamento<br>Peso-3Kg | 800 Metros             |
|----------------|------------------------------------|------------------------|--------------------|----------------------------|---------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|------------------------|------------------------|
| 1 <sup>a</sup> | <b>Mariana Reis</b><br>49 NDCG     | INI<br>1995            | <b>2.772</b>       | <b>483</b><br>1 4,97 + 1,1 | <b>256</b><br>18,21 | <b>369</b><br>1,26 | <b>598</b><br>1 0,94 + 1,6 | <b>381</b><br>4,31 - 1,4 | <b>365</b><br>7,47     | <b>320</b><br>3 0 5,00 |
| 2 <sup>a</sup> | <b>Ana Carina Sousa</b><br>95 NDCG | INI<br>1996            | <b>2.768</b>       | <b>572</b><br>1 3,96 + 1,1 | <b>155</b><br>12,71 | <b>340</b><br>1,23 | <b>550</b><br>1 1,18 + 1,6 | <b>398</b><br>4,38 - 0,8 | <b>296</b><br>6,39     | <b>457</b><br>2 5 0,62 |
| 3 <sup>a</sup> | <b>Vera Nunes</b><br>60 CDCP       | INI<br>1996            | <b>2.279</b>       | <b>428</b><br>1 5,62 + 1,1 | <b>85</b><br>8,79   | <b>491</b><br>1,38 | <b>481</b><br>1 1,55 + 1,6 | <b>0</b>                 | <b>243</b><br>5,56     | <b>551</b><br>2 4 1,89 |
| 4 <sup>a</sup> | <b>Inês Marques</b><br>62 CDCP     | INI<br>1996            | <b>2.055</b>       | <b>296</b><br>1 7,46 + 1,1 | <b>108</b><br>10,11 | <b>523</b><br>1,41 | <b>355</b><br>1 2,29 + 1,6 | <b>301</b><br>3,97 - 1,5 | <b>207</b><br>4,98     | <b>265</b><br>3 1 1,61 |
| 5 <sup>a</sup> | <b>Andreia Saloio</b><br>63 CDCP   | INI<br>1995            | <b>1.870</b>       | <b>375</b><br>1 6,31 + 1,1 | <b>84</b><br>8,78   | <b>369</b><br>1,26 | <b>477</b><br>1 1,57 + 1,6 | <b>317</b><br>4,04 - 1,7 | <b>248</b><br>5,63     | <b>0</b><br>9 9 9,00   |
| 6 <sup>a</sup> | <b>Rita Cerejo</b><br>162 CDCP     | INI<br>1995            | <b>1.790</b>       | <b>227</b><br>1 8,39 + 1,1 | <b>254</b><br>18,12 | <b>312</b><br>1,20 | <b>383</b><br>1 2,12 + 1,6 | <b>263</b><br>3,80 - 1,5 | <b>351</b><br>7,25     | <b>0</b><br>4 1 1,94   |





Heptatlo Iniciados

Masc

| Classf. | Nome / Dorsal / Clube                | Categ/<br>Ano<br>Nasc. | Total de<br>Pontos | 80 Metros<br>Planos  | Salto em<br>Comprimento  | Dardo 600 Gr        | 100 M<br>Barreiras-<br>0.84 | Salto em<br>Altura | Lançamento<br>Peso-4Kg | 1.000 Metros           |
|---------|--------------------------------------|------------------------|--------------------|----------------------|--------------------------|---------------------|-----------------------------|--------------------|------------------------|------------------------|
| 1.º     | <b>Edgar Rodrigues</b><br>54 CAS     | INI<br>1995            | <b>2.349</b>       | <b>426</b><br>1 0,64 | <b>343</b><br>4,79 - 0,6 | <b>95</b><br>15,01  | <b>143</b><br>2 0,99 + 1,4  | <b>263</b><br>1,32 | <b>414</b><br>8,80     | <b>665</b><br>2 5 9,92 |
| 2.º     | <b>Pedro Sequeira</b><br>69 CDCP     | INI<br>1995            | <b>2.300</b>       | <b>384</b><br>1 0,85 | <b>377</b><br>4,97 + 0,4 | <b>143</b><br>18,60 | <b>330</b><br>1 8,43 + 1,4  | <b>411</b><br>1,53 | <b>341</b><br>7,58     | <b>314</b><br>3 4 1,74 |
| 3.º     | <b>António Silva</b><br>66 CDCP      | INI<br>1995            | <b>2.224</b>       | <b>392</b><br>1 0,81 | <b>255</b><br>4,30 - 0,3 | <b>248</b><br>26,37 | <b>107</b><br>2 1,39 + 1,4  | <b>283</b><br>1,35 | <b>480</b><br>9,91     | <b>459</b><br>3 2 2,70 |
| 4.º     | <b>Ant.º Joaquim Gomes</b><br>56 CAS | INI<br>1995            | <b>1.819</b>       | <b>361</b><br>1 0,97 | <b>285</b><br>4,47 - 0,7 | <b>124</b><br>17,16 | <b>344</b><br>1 8,23 + 1,4  | <b>263</b><br>1,32 | <b>324</b><br>7,28     | <b>118</b><br>4 1 6,04 |
| 5.º     | <b>Alexandre Adaixo</b><br>161 CDCP  | INI<br>1996            | <b>1.711</b>       | <b>338</b><br>1 1,09 | <b>153</b><br>3,66 - 0,6 | <b>94</b><br>14,90  | <b>205</b><br>2 0,26 + 1,4  | <b>188</b><br>1,20 | <b>328</b><br>7,36     | <b>405</b><br>3 2 9,45 |
| Descl.º | <b>Bruno Gomes</b><br>58 NDCG        | INI<br>1995            | <b>1.502</b>       | <b>489</b><br>1 0,33 | <b>0</b>                 | <b>153</b><br>19,39 | <b>496</b><br>1 6,05 + 1,4  | <b>0</b>           | <b>364</b><br>7,96     |                        |
| Descl.º | <b>Diogo Fernandes</b><br>57 CAS     | INI<br>1996            | <b>804</b>         | <b>430</b><br>1 0,62 | <b>317</b><br>4,65 - 0,5 | <b>57</b><br>11,97  |                             |                    |                        |                        |





### Heptatlo Juvenis

### Fem

| Classf.        | Nome / Dorsal / Clube              | Categ/<br>Ano<br>Nasc. | Total de<br>Pontos | 100 M<br>Barreiras-<br>0.76 | Salto em<br>Altura | Lançamento<br>Peso-3Kg | 200 Metros                 | Salto em<br>Comprimento  | Dardo 600 Gr        | 800 Metros             |
|----------------|------------------------------------|------------------------|--------------------|-----------------------------|--------------------|------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------|------------------------|
| 1 <sup>a</sup> | <b>Andreia Crespo</b><br>55 NDCG   | JUV<br>1993            | <b>3.892</b>       | <b>774</b><br>1 5,52 + 0,8  | <b>534</b><br>1,42 | <b>412</b><br>8,20     | <b>802</b><br>2 5,94 + 0,7 | <b>598</b><br>5,14 - 0,4 | <b>223</b><br>16,41 | <b>549</b><br>2 4 2,12 |
| 2 <sup>a</sup> | <b>Mariana Correia</b><br>118 NDCG | JUV<br>1994            | <b>2.798</b>       | <b>355</b><br>1 9,39 + 0,8  | <b>409</b><br>1,30 | <b>316</b><br>6,71     | <b>605</b><br>2 8,33 + 0,7 | <b>416</b><br>4,45 - 1,2 | <b>176</b><br>13,87 | <b>521</b><br>2 4 4,66 |
| 3 <sup>a</sup> | <b>Katy Monteiro</b><br>82 NDCG    | JUV<br>1993            | <b>2.726</b>       | <b>572</b><br>1 7,22 + 0,8  | <b>439</b><br>1,33 | <b>468</b><br>9,06     | <b>481</b><br>3 0,02 + 0,7 | <b>451</b><br>4,59 - 0,7 | <b>141</b><br>11,96 | <b>174</b><br>3 2 4,05 |
| 4 <sup>a</sup> | <b>Liliana Santos</b><br>61 CDCP   | JUV<br>1994            | <b>2.636</b>       | <b>518</b><br>1 7,72 + 0,8  | <b>409</b><br>1,30 | <b>294</b><br>6,36     | <b>501</b><br>2 9,73 + 0,7 | <b>369</b><br>4,26 - 0,8 | <b>320</b><br>21,69 | <b>225</b><br>3 1 6,76 |
| 5 <sup>a</sup> | <b>Inês Correia</b><br>79 NDCG     | JUV<br>1994            | <b>2.604</b>       | <b>292</b><br>2 0,13 + 0,8  | <b>379</b><br>1,27 | <b>288</b><br>6,26     | <b>669</b><br>2 7,52 + 0,7 | <b>376</b><br>4,29 - 1,2 | <b>101</b><br>9,74  | <b>499</b><br>2 4 6,66 |





### Octatlo Juvenis AC

### Masc

| Classf.            | Nome / Dorsal / Clube               | Categ/<br>Ano<br>Nasc. | Total de<br>Pontos | 100 Metros<br>planos              | Salto em<br>Comprimento         | Lançamento<br>Peso-5Kg     | 300 Metros<br>Planos        | 110 M<br>Barreiras-<br>0.91       | Salto em<br>Altura        | Dardo 700 Gr               | 1.000 Metros                  |
|--------------------|-------------------------------------|------------------------|--------------------|-----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|---------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| 1 <sup>º</sup>     | <b>Miguel Cabral</b><br>53 CAS      | JUV<br>1994            | <b>4.294</b>       | <b>701</b><br><i>1 1,75 - 0,3</i> | <b>521</b><br><i>5,69 + 0,5</i> | <b>495</b><br><i>10,15</i> | <b>741</b><br><i>3 7,50</i> | <b>629</b><br><i>1 6,95 + 0,7</i> | <b>331</b><br><i>1,42</i> | <b>164</b><br><i>20,18</i> | <b>712</b><br><i>2 5 5,17</i> |
| 2 <sup>º</sup>     | <b>Taras Datsyuk</b><br>59 UKR NDCG | JUV<br>1993            | <b>3.738</b>       | <b>667</b><br><i>1 1,92 - 0,3</i> | <b>431</b><br><i>5,25 - 1,1</i> | <b>335</b><br><i>7,47</i>  | <b>698</b><br><i>3 8,13</i> | <b>361</b><br><i>1 9,85 + 0,7</i> | <b>419</b><br><i>1,54</i> | <b>207</b><br><i>23,39</i> | <b>620</b><br><i>3 0 4,62</i> |
| 3 <sup>º</sup>     | <b>Rui Coelho</b><br>52 CAS         | JUV<br>1994            | <b>2.989</b>       | <b>415</b><br><i>1 3,32 - 0,3</i> | <b>358</b><br><i>4,87 - 1,2</i> | <b>353</b><br><i>7,77</i>  | <b>378</b><br><i>4 3,63</i> | <b>305</b><br><i>2 0,58 + 0,7</i> | <b>331</b><br><i>1,42</i> | <b>328</b><br><i>32,06</i> | <b>521</b><br><i>3 1 5,44</i> |
| Desc1 <sup>º</sup> | <b>Ricardo Fonte</b><br>68 UAG      | JUV<br>1994            | <b>1.487</b>       | <b>365</b><br><i>1 3,64 - 0,3</i> | <b>288</b><br><i>4,49 - 1,3</i> | <b>317</b><br><i>7,17</i>  | <b>356</b><br><i>4 4,10</i> | <b>161</b><br><i>2 2,81 + 0,7</i> |                           |                            |                               |

