



# Associação de Atletismo da Guarda

## 27º Torneio Distrital "Atleta Completo"

07-07-2013

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>M<sup>a</sup> Helena Alavedra</b><br>28 ACDM-G | INF<br>2000            | <b>2.061</b>       | <b>681</b><br>8,57 + 1,0 | <b>342</b><br>7,11     | <b>306</b><br>12,58 + 1,2   | <b>329</b><br>4,09 + 0,6 | <b>403</b><br>357,47 |
| 2 <sup>a</sup>     | <b>Paula Rodrigues</b><br>21 CAS                  | INF<br>2001            | <b>1.714</b>       | <b>468</b><br>9,40 + 1,0 | <b>295</b><br>6,37     | <b>305</b><br>12,59 + 1,2   | <b>167</b><br>3,33       | <b>479</b><br>347,83 |
| 3 <sup>a</sup>     | <b>Patrícia Guerreiro</b><br>13 ACRASX            | INF<br>2001            | <b>1.555</b>       | <b>494</b><br>9,29       | <b>395</b><br>7,93     | <b>155</b><br>13,95 - 0,9   | <b>223</b><br>3,61 - 0,5 | <b>288</b><br>413,72 |
| 4 <sup>a</sup>     | <b>Júlia Gomes</b><br>25 CAS                      | INF<br>2000            | <b>1.542</b>       | <b>592</b><br>8,90 + 1,0 | <b>205</b><br>4,95     | <b>291</b><br>12,70 + 1,2   | <b>290</b><br>3,92 + 2,5 | <b>164</b><br>435,12 |
| 5 <sup>a</sup>     | <b>Alexandra Nabais</b><br>29 ACDM-G              | INF<br>2000            | <b>1.348</b>       | <b>254</b><br>10,43      | <b>396</b><br>7,95     | <b>103</b><br>14,56 - 0,9   | <b>227</b><br>3,63 - 0,5 | <b>368</b><br>402,07 |
| 6 <sup>a</sup>     | <b>Inês Varandas</b><br>27 ACDM-G                 | INF<br>2001            | <b>1.189</b>       | <b>312</b><br>10,12      | <b>277</b><br>6,09     | <b>105</b><br>14,53 - 0,9   | <b>176</b><br>3,38 + 0,2 | <b>319</b><br>409,03 |
| 7 <sup>a</sup>     | <b>Joana Coelho</b><br>39 CAS                     | INF<br>2000            | <b>960</b>         | <b>355</b><br>9,91       | <b>207</b><br>4,98     | <b>156</b><br>13,94 - 0,9   | <b>0</b>                 | <b>242</b><br>421,07 |
| Descl <sup>a</sup> | <b>Eulália Ribeiro</b><br>108 NDCG                | INF<br>2000            | <b>1.372</b>       | <b>492</b><br>9,30 + 1,0 | <b>348</b><br>7,20     | <b>532</b><br>11,03 + 1,2   | <b>0</b>                 |                      |



# Associação de Atletismo da Guarda

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

Telefone/Fax: 271 221 721  
aaguarda@aag.pt



# Associação de Atletismo da Guarda

## 27º Torneio Distrital "Atleta Completo"

07-07-2013

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.º     | <b>Rúben Anjos</b><br>12 ACRASX     | INF<br>2000            | <b>1.811</b>       | <b>487</b><br>8,26 + 1,8 | <b>301</b><br>4,56 - 0,3 | <b>405</b><br>10,77 + 0,3   | <b>379</b><br>8,21     | <b>239</b><br>353,17 |
| 2.º     | <b>António Cruz</b><br>24 CAS       | INF<br>2000            | <b>1.636</b>       | <b>304</b><br>9,00 + 1,8 | <b>220</b><br>4,09 - 1,1 | <b>260</b><br>11,74 + 0,3   | <b>462</b><br>9,60     | <b>390</b><br>331,32 |
| 3.º     | <b>Eduardo Rebelo</b><br>20 CAS     | INF<br>2000            | <b>1.336</b>       | <b>272</b><br>9,15 + 1,8 | <b>177</b><br>3,82 - 0,6 | <b>246</b><br>11,85 + 0,3   | <b>307</b><br>7,00     | <b>334</b><br>338,88 |
| 4.º     | <b>Hélder Carreira</b><br>31 ACDM-G | INF<br>2001            | <b>907</b>         | <b>212</b><br>9,45 + 1,8 | <b>135</b><br>3,53 - 0,5 | <b>93</b><br>13,30 + 0,3    | <b>180</b><br>4,81     | <b>287</b><br>345,79 |



# Associação de Atletismo da Guarda

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

Telefone/Fax: 271 221 721  
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>Matilde Rodrigues</b><br>34 CAS | INI<br>1998            | <b>2.592</b>       | <b>304</b><br>16,58 - 0,5  | <b>99</b><br>9,63   | <b>284</b><br>1,17 | <b>609</b><br>11,35 + 0,9 | <b>384</b><br>4,32 + 0,3 | <b>280</b><br>6,14     | <b>632</b><br>234,97 |
| 2 <sup>a</sup> | <b>Maria Bernardo</b><br>38 NSLF   | INI<br>1999            | <b>2.587</b>       | <b>371</b><br>15,92 - 0,5  | <b>192</b><br>14,73 | <b>399</b><br>1,29 | <b>494</b><br>11,94 + 0,9 | <b>336</b><br>4,12 - 0,7 | <b>325</b><br>6,84     | <b>470</b><br>249,42 |
| 3 <sup>a</sup> | <b>Mariana Cunha</b><br>95 NDCG    | INI<br>1999            | <b>2.379</b>       | <b>420</b><br>15,48 - 0,5  | <b>180</b><br>14,09 | <b>340</b><br>1,23 | <b>465</b><br>12,10 + 0,9 | <b>276</b><br>3,86 + 0,1 | <b>301</b><br>6,46     | <b>397</b><br>256,64 |
| 4 <sup>a</sup> | <b>Mariana Gonçalves</b><br>42 CAS | INI<br>1998            | <b>2.363</b>       | <b>250</b><br>17,16 - 0,5  | <b>196</b><br>14,97 | <b>369</b><br>1,26 | <b>453</b><br>12,17 + 0,9 | <b>259</b><br>3,78 - 1,0 | <b>214</b><br>5,09     | <b>622</b><br>235,78 |
| 5 <sup>a</sup> | <b>Catarina Costa</b><br>37 NSLF   | INI<br>1998            | <b>2.113</b>       | <b>405</b><br>15,61 - 0,5  | <b>104</b><br>9,88  | <b>312</b><br>1,20 | <b>563</b><br>11,58 + 0,9 | <b>292</b><br>3,93 - 1,5 | <b>354</b><br>7,29     | <b>83</b><br>340,26  |
| 6 <sup>a</sup> | <b>Eva Araújo</b><br>102 NSLF      | INI<br>1998            | <b>2.037</b>       | <b>543</b><br>14,45 - 0,5  | <b>82</b><br>8,65   | <b>566</b><br>1,45 | <b>354</b><br>12,76 + 0,9 | <b>246</b><br>3,72 - 1,3 | <b>241</b><br>5,52     | <b>5</b><br>406,28   |





### 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>Francisco Félix</b><br>26 CAS  | INI<br>1998            | <b>2.866</b>       | <b>456</b><br>10,80 - 2,1 | <b>375</b><br>4,96 + 0,1 | <b>199</b><br>22,78 | <b>607</b><br>15,85 + 0,4   | <b>345</b><br>1,44 | <b>441</b><br>9,26     | <b>443</b><br>324,63 |
| 2.º     | <b>David Matos</b><br>88 NSLF     | INI<br>1998            | <b>2.638</b>       | <b>482</b><br>10,67 - 2,1 | <b>392</b><br>5,05 + 0,3 | <b>145</b><br>18,75 | <b>501</b><br>16,86 + 0,4   | <b>389</b><br>1,50 | <b>505</b><br>10,33    | <b>224</b><br>355,74 |
| 3.º     | <b>Miguel Silva</b><br>36 CAS     | INI<br>1998            | <b>2.622</b>       | <b>527</b><br>10,45 - 2,1 | <b>345</b><br>4,80 - 0,7 | <b>166</b><br>20,36 | <b>371</b><br>18,24 + 0,4   | <b>303</b><br>1,38 | <b>333</b><br>7,43     | <b>577</b><br>309,17 |
| 4.º     | <b>Ricardo Madeira</b><br>99 NDCG | INI<br>1999            | <b>2.324</b>       | <b>354</b><br>11,35 - 2,1 | <b>326</b><br>4,70 - 0,1 | <b>196</b><br>22,55 | <b>370</b><br>18,25 + 0,4   | <b>345</b><br>1,44 | <b>327</b><br>7,34     | <b>406</b><br>329,36 |
| 5.º     | <b>David Silva</b><br>14 ACRASX   | INI<br>1998            | <b>1.760</b>       | <b>515</b><br>10,51 - 2,1 | <b>173</b><br>3,79 + 0,3 | <b>202</b><br>22,99 | <b>0</b><br>+ 0,4           | <b>244</b><br>1,29 | <b>407</b><br>8,68     | <b>219</b><br>356,47 |
| Descl.º | <b>Tomás Jordão</b><br>41 NDCG    | INI<br>1998            | <b>1.135</b>       | <b>557</b><br>10,31 - 2,1 | <b>404</b><br>5,11 - 1,6 | <b>174</b><br>20,92 | <b>0</b><br>+ 0,4           |                    |                        |                      |





# Associação de Atletismo da Guarda

## 27º Torneio Distrital "Atleta Completo"

07-07-2013

3

### 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 500 Gr        | 800 Metros           |
|--------------------|----------------------------------------|------------------------|--------------------|-----------------------------|--------------------|------------------------|---------------------------|--------------------------|---------------------|----------------------|
| 1 <sup>a</sup>     | <b>Ana Carina Sousa</b><br>86 NDCG     | JUV<br>1996            | <b>3.112</b>       | <b>625</b><br>16,75 + 0,1   | <b>439</b><br>1,33 | <b>348</b><br>7,20     | <b>548</b><br>29,09 + 0,4 | <b>423</b><br>4,48 + 0,3 | <b>341</b><br>22,80 | <b>388</b><br>257,57 |
| 2 <sup>a</sup>     | <b>Catarina Augusto</b><br>22 CAS      | JUV<br>1997            | <b>2.703</b>       | <b>478</b><br>18,10 + 0,1   | <b>379</b><br>1,27 | <b>306</b><br>6,54     | <b>602</b><br>28,37 + 0,4 | <b>362</b><br>4,23 + 0,6 | <b>222</b><br>16,37 | <b>354</b><br>301,19 |
| Descl <sup>a</sup> | <b>Margarida Alavedra</b><br>30 ACDM-G | JUV<br>1997            | <b>479</b>         | <b>0</b><br>+ 0,1           | <b>0</b>           | <b>358</b><br>7,36     | <b>121</b><br>36,66 + 0,4 | <b>0</b>                 |                     |                      |



## Associação de Atletismo da Guarda

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

Telefone/Fax: 271 221 721  
aaguarda@aag.pt



# Associação de Atletismo da Guarda

## 27º Torneio Distrital "Atleta Completo"

07-07-2013

3

### 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>João Pereira</b><br>18 ACRASX      | JUV<br>1997            | <b>4.125</b>       | <b>582</b><br>12,36  | <b>578</b><br>5,96 - 0,8 | <b>514</b><br>10,47    | <b>462</b><br>42,53  | <b>646</b><br>16,79 + 1,4   | <b>426</b><br>1,55 | <b>302</b><br>30,20 | <b>615</b><br>305,13 |
| 2 <sup>º</sup>     | <b>Rodrigo Diogo</b><br>15 ACRASX     | JUV<br>1996            | <b>3.448</b>       | <b>669</b><br>11,91  | <b>411</b><br>5,15 - 0,1 | <b>379</b><br>8,22     | <b>632</b><br>39,22  | <b>358</b><br>19,89 + 1,4   | <b>496</b><br>1,64 | <b>0</b>            | <b>503</b><br>317,52 |
| Descl <sup>º</sup> | <b>Gabriel Fernandes</b><br>17 ACRASX | JUV<br>1996            | <b>2.100</b>       | <b>540</b><br>12,59  | <b>529</b><br>5,73 + 0,9 | <b>484</b><br>9,98     | <b>547</b><br>40,82  | <b>0</b><br>+ 1,4           |                    |                     |                      |



# Associação de Atletismo da Guarda

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

Telefone/Fax: 271 221 721  
aaguarda@aag.pt