



Heptatlo Iniciados

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 M Barreiras- 0,76	Dardo 500 Gr	Salto em Altura	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-3Kg	800 Metros
1 ^a	Mariana Antonio 1042 AAS	INI 1998	4.407	927 11,80 - 2,6	364 24,00	599 1,48	796 10,48 - 1,9	706 5,52 - 2,4	545 10,24	470 249,41
2 ^a	Catarina Queiros 1030 AAP	INI 1998	4.149	817 12,50 - 0,2	434 27,76	783 1,64	603 11,38 - 1,7	567 5,03 - 1,5	385 7,77	560 241,09
3 ^a	Sónia Machado 1066 ADAL	INI 1998	3.938	691 13,35 - 2,6	327 22,07	644 1,52	652 11,14 - 1,9	498 4,77 - 2,2	594 10,98	532 243,66
4 ^a	Andreia Gomes 1062 ADAC	INI 1998	3.700	640 13,72 - 2,6	321 21,74	644 1,52	668 11,06 - 1,9	581 5,08 - 3,4	492 9,42	354 301,25
5 ^a	Ana Moreira 1070 ASAS	INI 1998	3.438	683 13,41 - 2,6	268 18,89	350 1,24	816 10,39 - 1,9	369 4,26 - 1,3	414 8,22	538 243,10
6 ^a	Gabriela Lopes 1018 AAE	INI 1998	3.235	618 13,88 - 2,2	408 26,37	429 1,32	567 11,56 - 1,7	421 4,47 - 8,0	429 8,46	363 300,28
7 ^a	Nicol Agostinho 1014 ANG AACB	INI 1998	3.107	594 14,06 - 2,2	223 16,45	429 1,32	650 11,15 - 1,5	464 4,64 - 0,7	403 8,06	344 302,35
8 ^a	Daniela Afonso 1026 AALG	INI 1998	3.098	411 15,56 - 0,2	315 21,41	470 1,36	596 11,41 - 1,7	398 4,38 - 4,1	374 7,61	534 243,47
9 ^a	Ana Braga 1058 ABJ	INI 1999	2.901	443 15,28 - 2,2	242 17,49	470 1,36	530 11,75 - 1,5	374 4,28 - 2,0	338 7,04	504 246,21
10 ^a	Ana Eira 1054 AAVR	INI 1999	2.723	383 15,81 - 0,2	130 11,36	350 1,24	559 11,60 - 1,5	393 4,36 - 2,5	411 8,18	497 246,83
11 ^a	Gabriela Sousa 1002 AAA	INI 1998	2.695	415 15,52 - 2,2	284 19,73	470 1,36	467 12,09 - 1,5	423 4,48 - 1,7	340 7,07	296 307,86
12 ^a	Flávia Lopes 1006 AAB	INI 1998	2.680	387 15,77 - 2,2	154 12,65	429 1,32	635 11,22 - 1,9	456 4,61 - 1,3	274 6,04	345 302,15
13 ^a	Matilde Rodrigues 1022 AAG	INI 1998	2.642	396 15,69 - 0,2	165 13,29	275 1,16	559 11,60 - 1,7	338 4,13 - 2,6	285 6,22	624 235,64
14 ^a	Renata Rocha 1038 AARAM	INI 1999	2.527	626 13,82 - 2,6	312 21,26	275 1,16	540 11,70 - 1,7	0	375 7,62	399 256,44
15 ^a	Scarlett Saleiro 1050 AAVC	INI 1998	2.248	649 13,65 - 2,6	307 20,98	0	590 11,44 - 1,9	319 4,05 - 4,4	383 7,75	0
16 ^a	Carina Babaroca 1034 AAPT	INI 1998	2.216	372 15,91 - 0,2	213 15,89	275 1,16	393 12,52 - 1,5	220 3,60 - 0,6	304 6,51	439 252,42





Associação de Atletismo da Guarda

Atleta Completo Nacional

21-07-2013

1

Heptatlo Iniciados

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 M Barreiras- 0,76	Dardo 500 Gr	Salto em Altura	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-3Kg	800 Metros
17 ^a	Camila Rodrigues 1046 AAV	INI 1999	2.002	184 17,95 - 2,2	122 10,88	239 1,12	464 12,11 - 1,7	272 3,84 - 0,9	227 5,30	494 247,14



Associação de Atletismo da Guarda

www.aag.pt

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



Heptatlo Iniciados

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Dardo 600 Gr	100 M Barreiras- 0.84	Salto em Altura	Lançamento Peso-4Kg	1.000 Metros
1 ^º	Tiago Tavares 1072 ASAS	INI 1998	4.415	705 9,66 - 1,3	602 6,07 - 0,7	424 38,76	791 14,27 - 2,4	593 1,76	656 12,82	644 302,04
2 ^º	Daniel Chagas 1028 AALG	INI 1999	4.073	734 9,54 - 1,3	435 5,27 + 0,7	357 34,07	787 14,30 - 2,4	464 1,60	556 11,17	740 252,42
3 ^º	Antonio Chaves 1056 AAVR	INI 1998	4.053	635 9,96 - 2,1	600 6,06 + 1,1	304 30,33	711 14,93 - 2,1	627 1,80	487 10,03	689 257,51
4 ^º	Diogo Guerra 1032 AAP	INI 1999	4.042	639 9,94 - 1,3	595 6,04	358 34,14	725 14,81 - 2,4	464 1,60	634 12,46	627 303,84
5 ^º	Ricardo Maia 1016 AACB	INI 1998	3.718	658 9,86 - 2,3	537 5,77 + 1,2	325 31,80	688 15,13 - 2,8	496 1,64	432 9,11	582 308,64
6 ^º	Miguel Marta 1004 AAA	INI 1998	3.685	662 9,84 - 1,3	554 5,85 + 2,8	269 27,87	735 14,73 - 2,4	528 1,68	398 8,54	539 313,40
7 ^º	Nuno Jardim 1044 AAS	INI 1998	3.535	628 9,99 - 1,3	485 5,52 + 3,3	322 31,59	723 14,83 - 2,4	434 1,56	614 12,12	329 339,68
8 ^º	Yaroslav Kolodiy 1036 AAPT	INI 1999	3.510	628 9,99 - 1,3	542 5,79	252 26,60	557 16,31 - 2,1	464 1,60	459 9,56	608 305,84
9 ^º	Bryan Rodrigues 1068 ADAL	INI 1998	3.483	544 10,37 - 2,3	504 5,61 - 0,1	316 31,18	648 15,48 - 2,4	593 1,76	356 7,82	522 315,31
10 ^º	Leonardo Soares 1064 ADAC	INI 1998	3.007	590 10,16 - 2,1	363 4,90 + 2,2	208 23,43	647 15,49 - 2,1	345 1,44	542 10,93	312 342,10
11 ^º	Miguel Santos 1020 AAE	INI 1998	2.857	502 10,57 - 2,1	388 5,03 + 0,6	334 32,45	392 18,00 - 2,8	434 1,56	498 10,21	309 342,48
12 ^º	Francisco Félix 1024 AAG	INI 1998	2.762	458 10,79 - 2,3	290 4,50 + 1,5	233 25,22	519 16,68 - 2,1	317 1,40	428 9,03	517 315,94
13 ^º	Diogo Peixoto 1008 AAB	INI 1998	2.640	502 10,57 - 2,3	360 4,88 - 1,6	134 17,98	560 16,28 - 2,8	317 1,40	381 8,25	386 331,94
14 ^º	João Vale 1052 AAVC	INI 1998	2.587	621 10,02 - 2,1	402 5,10 + 3,5	271 28,00	454 17,33 - 2,8	374 1,48	465 9,65	0
15 ^º	Bernardo Colaço 1060 ABJ	INI 1999	2.568	548 10,35 - 2,1	402 5,10 - 2,1	314 31,02	449 17,39 - 2,1	317 1,40	376 8,16	162 406,97
Descl ^º	João Duarte 1040 AARAM	INI 1999	2.713	626 10,00 - 2,1	375 4,96 + 2,9	297 29,85	669 15,29 - 2,1	345 1,44	401 8,58	





Associação de Atletismo da Guarda

Atleta Completo Nacional

21-07-2013

1

Heptatlo Iniciados

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Dardo 600 Gr	100 M Barreiras- 0.84	Salto em Altura	Lançamento Peso-4Kg	1.000 Metros
Descl ^º	Alexandre Moreira 1048 AAV	INI 1998	1.365	548 <i>10,35 - 2,3</i>	350 <i>4,83 + 3,3</i>	467 <i>41,69</i>				



Associação de Atletismo da Guarda

www.aag.pt

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

Heptatlo Juvenis

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	100 M Barreiras- 0.76	Salto em Altura	Lançamento Peso-3Kg	200 Metros	Salto em Comprimento	Dardo 500 Gr	800 Metros
1 ^a	Rafaela Pintassilgo 1025 AALG	JUV 1996	4.055	712 16,02 - 2,0	666 1,54	494 9,46	651 27,5 + 0,1	514 4,83 - 3,3	458 29,00	560 241,12
2 ^a	Margarida Cavaca 1013 AACB	JUV 1996	3.944	590 17,06 - 2,0	666 1,54	608 11,19	684 27,1 + 2,5	524 4,87 - 1,8	350 23,28	522 244,54
3 ^a	Elsa Cruz 1005 AAB	JUV 1997	3.559	756 15,66 - 2,0	577 1,46	647 11,79	636 27,7 + 2,5	428 4,50 - 1,3	0	515 245,15
4 ^a	Raquel Lourenço 1069 ASAS	JUV 1996	3.526	480 18,08 - 2,0	577 1,46	464 8,99	620 27,9 + 2,5	506 4,80 - 1,7	380 24,87	499 246,66
5 ^a	M^a Inês Pagaimo 1065 ADAL	JUV 1997	3.509	525 17,65 - 1,6	577 1,46	356 7,33	581 28,4 + 0,1	543 4,94 - 2,4	276 19,29	651 233,35
6 ^a	Mariana Rodrigues 1041 AAS	JUV 1997	3.459	594 17,02 - 1,0	534 1,42	332 6,96	742 26,4 + 0,1	479 4,70 - 0,9	204 15,39	574 239,92
7 ^a	Rafaela Moutinho 1029 AAP	JUV 1997	3.448	570 17,24 - 1,6	449 1,34	514 9,77	612 28,0 + 0,5	403 4,40 - 3,9	423 27,15	477 248,72
8 ^a	Maria Rosário Silva 1057 ABJ	JUV 1996	3.373	507 17,82 - 1,6	577 1,46	375 7,63	659 27,4 + 2,5	371 4,27 - 4,1	303 20,78	581 239,29
9 ^a	Elisia Magalhães 1049 AAVC	JUV 1997	3.292	634 16,67 - 1,6	621 1,50	432 8,50	559 28,7 + 0,1	426 4,49 - 2,4	215 15,98	405 255,81
10 ^a	Mariana Conde 1001 AAA	JUV 1997	3.288	651 16,53 - 2,0	534 1,42	428 8,44	537 29,0 + 0,1	391 4,35 - 2,0	252 18,03	495 247,03
11 ^a	Ana Carina Sousa 1021 AAG	JUV 1996	3.105	614 16,85 - 1,6	409 1,30	336 7,02	581 28,4 + 0,5	369 4,26 - 2,6	300 20,59	496 246,91
12 ^a	Cláudia Fernandes 1037 AARAM	JUV 1997	3.065	508 17,81 - 1,6	449 1,34	470 9,09	500 29,5 + 0,5	418 4,46 - 1,5	325 21,94	395 256,87
13 ^a	Ana Santos 1053 AAVR	JUV 1997	2.754	469 18,19 - 1,0	409 1,30	366 7,49	529 29,1 + 0,5	281 3,88 - 2,1	248 17,80	452 251,08
14 ^a	Ana Santos 1017 AAE	JUV 1996	2.594	477 18,11 - 1,0	257 1,14	383 7,74	425 30,6 + 0,1	343 4,15 - 1,3	300 20,59	409 255,36
15 ^a	Joana Pedreiras 1061 ADAC	JUV 1997	2.581	442 18,46 - 2,0	449 1,34	447 8,73	522 29,2 + 2,5	418 4,46 - 0,2	188 14,53	115 333,94
16 ^a	Catarina Ferreira 1045 AAV	JUV 1997	2.504	486 18,02 - 1,0	449 1,34	331 6,94	425 30,6 + 0,5	367 4,25 - 0,8	178 13,99	268 311,20



Associação de Atletismo da Guarda

Atleta Completo Nacional

21-07-2013

2

Heptatlo Juvenis

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	100 M Barreiras- 0.76	Salto em Altura	Lançamento Peso-3Kg	200 Metros	Salto em Comprimento	Dardo 500 Gr	800 Metros
17 ^a	Ana Azeitona 1033 AAPT	JUV 1997	2.304	157 <i>22,01 - 1,0</i>	369 <i>1,26</i>	325 <i>6,84</i>	559 <i>28,7 + 2,5</i>	355 <i>4,20 - 1,3</i>	97 <i>9,50</i>	442 <i>252,08</i>



Associação de Atletismo da Guarda

www.aag.pt

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



Octatlo Juvenis AC

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	100 Metros planos	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-5Kg	300 Metros Planos	110 M Barreiras- 0.91	Salto em Altura	Dardo 700 Gr	1.000 Metros
1 ^º	Pedro Ferreira 1031 AAP	JUV 1996	5.273	789 11,33 - 1,3	668 6,37 - 1,9	642 12,58	733 37,44	812 15,31 - 2,3	723 1,91	396 36,78	510 316,73
2 ^º	Eduardo Valério 1067 ADAL	JUV 1996	5.004	663 11,94 - 1,9	646 6,27 - 2,7	563 11,29	740 37,33	716 16,15 - 2,3	585 1,75	435 39,51	656 300,84
3 ^º	Adam Ferreira 1027 AALG	JUV 1996	4.939	699 11,76 - 1,9	604 6,08 - 0,5	591 11,75	753 37,10	650 16,76 - 1,2	552 1,71	407 37,57	683 258,08
4 ^º	Victor Korst 1071 NED ASAS	JUV 1996	4.888	715 11,68 - 1,3	707 6,54 - 2,1	447 9,36	754 37,08	817 15,27 - 2,3	831 2,03	269 27,84	348 337,03
5 ^º	Pedro Longo 1015 AACB	JUV 1996	4.466	586 12,34 - 1,3	508 5,63 - 1,1	592 11,76	620 39,45	629 16,95 - 1,5	488 1,63	460 41,22	583 308,49
6 ^º	Xavier Fernandes 1043 AAS	JUV 1996	4.374	641 12,05 - 1,9	544 5,80	512 10,43	657 38,77	600 17,23 - 1,2	396 1,51	450 40,51	574 309,47
7 ^º	João Pereira 1023 AAG	JUV 1997	4.353	576 12,39 - 1,9	567 5,91 - 3,4	481 9,92	560 40,57	612 17,12 - 1,5	552 1,71	369 34,92	636 302,94
8 ^º	Fábio Filipe 1059 ABJ	JUV 1996	4.256	709 11,71 - 1,3	619 6,15 - 2,3	411 8,75	779 36,66	419 19,15 - 1,2	338 1,43	321 31,51	660 300,41
9 ^º	João Pedro Sousa 1039 AARAM	JUV 1996	4.243	705 11,73 - 1,5	552 5,84 - 0,9	489 10,06	632 39,22	598 17,25 - 1,2	520 1,67	222 24,44	525 314,96
10 ^º	Carlos Maia 1047 AAV	JUV 1996	4.149	699 11,76 - 1,3	500 5,59 + 0,2	451 9,42	674 38,47	501 18,24 - 1,2	457 1,59	327 31,95	540 313,30
11 ^º	Narciso Vieira 1007 AAB	JUV 1996	4.062	661 11,95 - 1,9	531 5,74 - 0,6	480 9,90	688 38,23	569 17,54 - 2,3	367 1,47	262 27,37	504 317,35
12 ^º	Jose Silva 1051 AAVC	JUV 1996	4.010	622 12,15 - 1,5	521 5,69 - 2,5	457 9,53	674 38,47	409 19,27 - 1,5	396 1,51	374 35,24	557 311,43
13 ^º	André Riço 1019 AAE	JUV 1997	3.862	663 11,94 - 1,3	485 5,52 - 4,2	447 9,35	518 41,40	611 17,13 - 2,3	396 1,51	303 30,29	439 325,19
14 ^º	Rui Santos 1003 AAA	JUV 1996	3.831	586 12,34 - 1,5	467 5,43 - 0,4	465 9,65	465 42,48	646 16,79 - 2,3	552 1,71	404 37,36	246 352,03
15 ^º	Artur Gonçalves 1055 AAVR	JUV 1996	3.672	591 12,31 - 1,5	378 4,98 - 0,1	480 9,91	567 40,44	421 19,13 - 1,5	396 1,51	230 25,06	609 305,80
16 ^º	Rafael Silva 1063 ADAC	JUV 1996	3.365	569 12,43 - 1,9	469 5,44 - 0,6	374 8,13	486 42,04	439 18,92 - 1,2	520 1,67	196 22,56	312 342,03

