

Nome Atleta	Nome Treinador	Setor	Disciplina 1	2021													
				jan 21	fev 21	mar 21	abr 21	mai 21	jun 21	jul 21	ago 21	set 21	out 21	nov 21	dez 21		
ANTÓNIO VITAL SILVA	TN	Lançamentos	Martelo	5	5	5	4	4	4	4							
AURIOL DONGMO	Paulo Reis	Lançamentos	Peso	2	2	1	1	1	1	1	1						
CLÁUDIA FERREIRA	Domingos Ferreira	Lançamentos	Dardo	4	4	4	4	4	4	4	4						
DÉBORA QUARESMA	Mário Rodrigo Santos	Lançamentos	Peso	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
DÉCIO ANDRADE	Sérgio Cruz	Lançamentos	Martelo	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
ELIANA BANDEIRA	Paulo Reis	Lançamentos	Peso	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
EMANUEL SOUSA	Maria Elisa Costa	Lançamentos	Disco	4	4	4	4	4	4	4	4	4					
EVA GONÇALVES	Paulo Soares	Lançamentos	Disco	5	5	5	5	5	5	5	5						
FRANCISCO BELO	Volodymyr Zinchenko	Lançamentos	Peso	2	2	2	2	2	2	2	2	2					
FRANCISLAINE SERRA	Luís Herédio Costa	Lançamentos	Peso	4	4	4	4	4	4	4	4						
IRINA RODRIGUES	Júlio Cirino Rocha	Lançamentos	Disco	2	2	2	2	2	2	2							
IVANILDA LOPES	Maria Elisa Costa	Lançamentos	Disco	5	5	5			5	5	5	5	5	5	5	5	5
JESSICA INCHUDE	Luís Herédio Costa	Lançamentos	Peso				4	4	4	4							
LEANDRO RAMOS	Carlos Tribuna	Lançamentos	Dardo	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
LILIANA CÁ	Luís Herédio Costa	Lançamentos	Disco	2	2	2	1	1	1	1	1						
RÚBEN ANTUNES	Paulo Reis	Lançamentos	Martelo	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
TSANKO ARNAUDOV	Volodymyr Zinchenko	Lançamentos	Peso	3	3	3	3	3	3	3							
VÂNIA SILVA	Paulo Reis	Lançamentos	Martelo	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Nome Atleta	Nome Treinador	Setor	Disciplina 1	2021												
				jan 21	fev 21	mar 21	abr 21	mai 21	jun 21	jul 21	ago 21	set 21	out 21	nov 21	dez 21	
ADRIANA VIVEIROS	Manuel Almeida	Marcha	10 Km Marcha	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
ANA CABECINHA	Paulo Murta	Marcha	20 km Marcha	2	2	2	2	2	2	2	2					
CAROLINA COSTA	João Vieira	Marcha	20 km Marcha	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
EDNA BARROS	Paulo Murta	Marcha	20 km Marcha	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
INÊS HENRIQUES	Jorge Miguel	Marcha	20 km Marcha	3	3	3	3	3	3							
INÊS MENDES	Jorge Miguel	Marcha	10 Km Marcha	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4
JOANA PONTES	Carlos Carmino Rodrigues	Marcha	20 km Marcha	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
JOÃO VIEIRA	Vera Santos	Marcha	50 km Marcha	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
MARIA BERNARDO	Paulo Murta	Marcha	20 km Marcha	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4
PEDRO DIAS	Paulo Murta	Marcha	10 Km Marcha	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
RUI COELHO	João Garcia Gomes	Marcha	50 km Marcha	5	3	3	3	3	3							
TIAGO RAMOS	Hélder Bacalhau	Marcha	10 Km Marcha	5	5	5			5	5	5	5	5	5	5	5

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Nome Atleta	Nome Treinador	Setor	Disciplina 1	2021													
				jan 21	fev 21	mar 21	abr 21	mai 21	jun 21	jul 21	ago 21	set 21	out 21	nov 21	dez 21		
ANA COSTA	Amândio Costa	Meio-fundo	800 m	5	5	5	5	5	5								
ANA SILVA	Carlos Monteiro	Meio-fundo	3.000 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ANDRÉ PEREIRA	José Regalo	Meio-fundo	3.000 Obst	4	4	4	5	5	5	5	5						
ANDRÉ REGUFE	João Campos	Meio-fundo	10.000 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
CAMILA GOMES	Paulo Barrigana	Meio-fundo	1.500 m	5	5	5	5	5	5	5	5						
DUARTE GOMES	Acácio Paixão	Meio-fundo	10.000 m	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
DULCE FÉLIX	Ricardo Ribas	Meio-fundo	Maratona	2	2	2	2	3	3								
ETSON BARROS	Paulo Murta	Meio-fundo	3.000 Obst	4	4	4			4	4	4	4	4	4	4	4	4
FILIPE VITORINO	Paulo Paixão Miguel	Meio-fundo	10.000 m					5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
HERMANO FERREIRA	Rui Silva	Meio-fundo	Maratona				5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ISAAC NADER	Rui Silva	Meio-fundo	1.500 m	4	4	4	4	4	4	4	4						
JOANA FERREIRA	Rui Militão	Meio-fundo	10.000 m					5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
JOANA SOARES	Susana Peixoto	Meio-fundo	3.000 Obst	3	3	3	3	3									
JOÃO PEIXOTO	Rui Medeiros	Meio-fundo	800 m	5	5	5	5	5	5	5	5						
LIA LEMOS	Carlos Monteiro	Meio-fundo	3.000 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Nome Atleta	Nome Treinador	Setor	Disciplina 1	2021												
				jan 21	fev 21	mar 21	abr 21	mai 21	jun 21	jul 21	ago 21	set 21	out 21	nov 21	dez 21	
MARIANA MACHADO	Sameiro Araújo	Meio-fundo	1.500 m	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
MARTA PEN FREITAS	Danny Timothy Mackey	Meio-fundo	1.500 m	2	2	2	3	3	3							
MIGUEL MARQUES	Mario Fernando Santos	Meio-fundo	10.000 m					5	5	5	5	5	5	5	5	5
MIGUEL MOREIRA	Mário Rodrigo Santos	Meio-fundo	1.500 m	5	5	5	5	5	5	5	5					
NUNO PEREIRA	Diogo Sousa	Meio-fundo	1.500 m	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
RICARDO FERREIRA	Rui Silva	Meio-fundo	3.000 Obst	5	5	5	5	5	5	5	5					
RITA FIGUEIREDO	Maria Fátima Neves	Meio-fundo	800 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
ROGÉRIO AMARAL	António José Oliveira	Meio-fundo	5.000 m	4	4	4	4	4	4	4	4					
RÚBEN AMARAL	Celestino Semedo	Meio-fundo	10.000 m	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
SALOMÉ AFONSO	Rui Silva	Meio-fundo	1.500 m	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
SALOMÉ ROCHA	Rui Ferreira	Meio-fundo	Maratona	2	2	2	2	2	2	2	2					
SAMUEL BARATA	TN	Meio-fundo	10.000 m	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5
SARA CATARINA RIBEIRO	Rui Ferreira	Meio-fundo	Maratona	3	3	3	3	3	3	3	3					
SARA DUARTE	TN	Meio-fundo	10.000 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
SARA MOREIRA	Carlos Monteiro	Meio-fundo	Maratona	4	4	4	5	3	3	3	3					
SIMÃO BASTOS	João Campos	Meio-fundo	10.000 m	5	5	5		5	5	5	5	5	5	5	5	5

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Nome Atleta	Nome Treinador	Setor	Disciplina 1	2021													
				jan 21	fev 21	mar 21	abr 21	mai 21	jun 21	jul 21	ago 21	set 21	out 21	nov 21	dez 21		
ANA OLIVEIRA	Cátia Ferreira	Saltos	Triplo salto	5	5	5	5	5	5	5	5	5					
ANABELA NETO	António Beça	Saltos	Altura	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			
ANDRÉ PIMENTA	Cátia Ferreira	Saltos	Comprimento	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
DIOGO FERREIRA	Pedro Pinto	Saltos	Vara	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
EVELISE VEIGA	Cátia Ferreira	Saltos	Comprimento	2	2	2	2	2	2	2	2	2					
GERSON BALDÉ	Paulo Barrigana	Saltos	Altura	4	4	4	4	4	4	4	4	4					
IVO TAVARES	Filipe Conceição	Saltos	Comprimento	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5			
MARTA ONOFRE	Pedro Pinto	Saltos	Vara	5	5	5	4	4	4	4	4						
NELSON ÉVORA	Ivan Pedroso	Saltos	Triplo salto	1	1	1	1	1	1	1							
PATRÍCIA MAMONA	José Uva	Saltos	Triplo salto	1	1	1	1	1	1	1	1	1					
PEDRO BUARÓ	António Alcino Pereira	Saltos	Vara	4	4	4	4										
PEDRO PABLO PICHARDO	Jorge Pichardo	Saltos	Triplo salto	1	1	1	1	1	1	1	1	1					
SUSANA COSTA	Anabela Leite	Saltos	Triplo salto	2	2	2	3	3	3								
TIAGO LUIS PEREIRA	João Ganço	Saltos	Triplo salto	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
VICTOR KORST	Ana Isabel Oliveira	Saltos	Altura	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5				

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Nome Atleta	Nome Treinador	Setor	Disciplina 1	2021														
				jan 21	fev 21	mar 21	abr 21	mai 21	jun 21	jul 21	ago 21	set 21	out 21	nov 21	dez 21			
ANDRÉ PRAZERES	João Abrantes	Velocidade	100 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5						
BEATRIZ ANDRADE	Rui Norte	Velocidade	100 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5						
CARLOS NASCIMENTO	José António Silva	Velocidade	100 m	3	3	3	3	3	3	3								
CATARINA QUEIRÓS	Filipe Conceição	Velocidade	100 m Barreiras	5	5	5	5	5	5	5	5	5						
CÁTIA AZEVEDO	Carlos Silva	Velocidade	400 m	3	3	3	3	3	3	3								
DELVIS SANTOS	Victor Zabumba	Velocidade	200 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
DIOGO ANTUNES	João Abrantes	Velocidade	100 m	5	5	5	4	4	4	4								
DIOGO MESTRE	Rui Moita	Velocidade	400 m Barreiras	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5				
DOROTHE ÉVORA	Carlos Silva	Velocidade	4x400 m	3	3	3	3	3										
FATUMATA BALDE	Fernando Pereira	Velocidade	100 m Barreiras	5	5	5	5	5	5	5	5	5						
FREDERICO CURVELO	Ana Isabel Oliveira	Velocidade	200 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5				
JOÃO COELHO	Victor Zabumba	Velocidade	400 m	3	3	3	3	3										
JOÃO VITOR OLIVEIRA	João Abrantes	Velocidade	110 m Barreiras	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5				
JOSÉ PEDRO LOPES	João Abrantes	Velocidade	4x100 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5				
JULIANA GUERREIRO	Carlos Silva	Velocidade	400 m Barreiras	5	5	5		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
LORENE BAZOLO	Rui Norte	Velocidade	100 m	3	3	3	3	3	3									
MAURO PEREIRA	Victor Zabumba	Velocidade	400 m	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
OLÍMPIA BARBOSA	Anabela Leite	Velocidade	100 m Barreiras	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5				
RAIDEL ACEA	Ana Isabel Oliveira	Velocidade	400 m	3	3	3	3	3										
RICARDO DOS SANTOS	Linford Christie	Velocidade	400 m	3	3	3	3	3	3									
ROSALINA SANTOS	Rui Norte	Velocidade	60 m	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
VERA BARBOSA	Carlos Silva	Velocidade	400 m Barreiras	3	3	3	3	3	3									
YAZALDES NASCIMENTO	João Abrantes	Velocidade	100 m	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES

