



Associação de Atletismo de Lisboa
Triatlo Técnico Regional

14/12/2019

1

Triatlo - Iniciados

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	Salto em Comprimento	60 M Barr.Ini.Fem- 76	Lançamento Peso-3Kg
1 ^a	Ana Oliveira 242 SLB	Ini 2005	1 551	538 4,92	657 10,30	356 7,33
2 ^a	Diana Sousa 598 EBMS	Ini 2005	1 467	446 4,57	670 10,23	351 7,25
3 ^a	Anastácia Gula 772 SCP	Ini 2005	1 424	487 4,73	556 10,88	381 7,71
4 ^a	Marta Ribeiro Alves 594 EBMS	Ini 2006	1 405	343 4,15	688 10,13	374 7,60
5 ^a	Tatiana Pereira 468 AFS	Ini 2006	1 397	584 5,09	421 11,74	392 7,88
6 ^a	Helena Pato 244 SLB	Ini 2005	1 376	609 5,18	470 11,42	297 6,40
7 ^a	Mafalda Vieira 232 SLB	Ini 2005	1 374	379 4,30	620 10,51	375 7,63
8 ^a	Mariana Araújo 228 SLB	Ini 2005	1 326	456 4,61	655 10,31	215 5,11
9 ^a	Leonor Filipe Rocha 602 EBMS	Ini 2005	1 250	391 4,35	463 11,46	396 7,95
10 ^a	Melissa Mendes 2708 MKED	Inf 2006	1 249	336 4,12	585 10,71	328 6,89
11 ^a	Rita Quintans 249 SLB	Ini 2005	1 236	443 4,56	381 12,02	412 8,19
12 ^a	Rafaela Pereira 855 SLB	Ini 2005	1 139	376 4,29	421 11,74	342 7,11
13 ^a	Sara Pinheiro 596 EBMS	Ini 2005	1 114	343 4,15	462 11,47	309 6,60
14 ^a	Shakina Andrade 604 ANG EBMS	Ini 2005	1 047	276 3,86	348 12,26	423 8,37



Triatlo - Iniciados

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	Salto em Comprimento	60 M Barr.Ini.Fem- 76	Lançamento Peso-3Kg
15 ^a	Sara Alturas 409 ACRM	Ini 2005	798	276 3,86	277 12,81	245 5,58
16 ^a	Diana Ribeiro 751 SCP	Ini 2006	758	233 3,66	241 13,12	284 6,20
17 ^a	Sara Santos 21 CAVF	Ini 2006	734	220 3,60	264 12,92	250 5,67
18 ^a	Constança Do Brito 243 SLB	Ini 2005	681	220 3,60	88 14,76	373 7,59
19 ^a	Marta Teixeira 780 SCP	Ini 2005	633	165 3,32	185 13,64	283 6,18
20 ^a	Rafaela Pereira 758 SCP	Ini 2006	562	0	254 13,01	308 6,58
21 ^a	Fabiana Carvalho 861 CAVF	Ini 2006	475	161 3,30	118 14,37	196 4,80
22 ^a	Joana Silva 412 ACRM	Ini 2005	423	0	237 13,15	186 4,64
23 ^a	Inês Silva 753 SCP	Ini 2006	190	0	3 16,63	187 4,66
Desc1 ^a	Joana Pestana 2711 AGDAK	Inf 2006			371 12,09	299 6,43
Desc1 ^a	Letícia Rosário 217 SLB	Ini 2006			94 14,67	199 4,86
Desc1 ^a	Alice Baptista 787 SCP	Ini 2005			0	
Desc1 ^a	Leonor Piteira 776 SCP	Ini 2005			0	
Desc1 ^a	Beatriz Barbudo 2 CAVF	Ini 2006			0	
Desc1 ^a	Clara Anastácio 472 AFS	Ini 2005			0	



Triatlo - Iniciados

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	Salto em Comprimento	60 M Barr.Ini.Fem- 76	Lançamento Peso-3Kg
Descl ^a	Matilde Sousa 760 SCP	Ini 2006			0	
Descl ^a	Inês Gonçalves 12 CAVF	Ini 2006			0	
Descl ^a	Constança Faustino 241 SLB	Ini 2005			0	
Descl ^a	Gabriela Gorencó 237 SLB	Ini 2005			0	
Descl ^a	Clara Morais 593 EBMS	Ini 2006			0	
Descl ^a	Beatriz Rebelo 782 SCP	Ini 2005			0	
Descl ^a	Mariana Romão 592 EBMS	Ini 2006			0	
Descl ^a	Catarina Santos 391 CAVF	Ini 2006			0	
Descl ^a	Madalena Fernandes 779 SCP	Ini 2005			0	
Descl ^a	Eva Faria 6 CAVF	Ini 2006			0	
Descl ^a	Luciana Morais 597 EBMS	Ini 2005			0	
Descl ^a	Júlia Fisahn 768 SCP	Ini 2006			0	
Descl ^a	Valentina Funes 755 ITA SCP	Ini 2006			0	
Descl ^a	Margarida Santos 764 SCP	Ini 2006			0	



Triatlo - Iniciados

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 M Barr.Ini.Mas- 84	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-4Kg
1º	João Pinto 250 SLB	Ini 2005	1 820	631 9,54	632 6,21	557 11,19
2º	André Vilelas 2706 CORK	Ini 2005	1 784	690 9,26	527 5,72	567 11,35
3º	João Fernandes 349 NLUZ	Ini 2005	1 707	599 9,70	496 5,57	612 12,10
4º	Rodrigo Garcia Ramos 785 SCP	Ini 2005	1 633	707 9,18	533 5,75	393 8,45
5º	Miguel Costa 246 SLB	Ini 2005	1 581	547 9,97	441 5,30	593 11,78
6º	Rodrigo Alcobia 248 SLB	Ini 2005	1 572	668 9,36	445 5,32	459 9,56
7º	João Penacho 600 EBMS	Ini 2005	1 514	621 9,59	453 5,36	440 9,23
8º	Gabriel Simas 2702 CPPEA	Ini 2006	1 398	526 10,08	465 5,42	407 8,69
9º	Tomás Figueiras 408 ACRM	Ini 2006	1 367	623 9,58	400 5,09	344 7,63
10º	Lício Tavares 220 SLB	Ini 2006	1 348	597 9,71	421 5,20	330 7,38
11º	Dinis Morgado 756 SCP	Ini 2006	1 262	497 10,24	388 5,03	377 8,18
12º	Miguel Wever 854 SLB	Ini 2005	1 211	475 10,36	348 4,82	388 8,36
13º	Gonçalo Alegria 775 SCP	Ini 2005	1 093	456 10,47	317 4,65	320 7,22
14º	Hugo Simões 11 CAVF	Ini 2005	1 017	371 10,98	339 4,77	307 6,99



Associação de Atletismo de Lisboa
Triatlo Técnico Regional

14/12/2019

1

Triatlo - Iniciados

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 M Barr.Ini.Mas- 84	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-4Kg
15 ^o	Pedro Azóia 234 SLB	Ini 2005	985	362 11,04	219 4,08	404 8,63
16 ^o	Rafael Salgado 18 CAVF	Ini 2005	884	245 11,86	276 4,42	363 7,94
17 ^o	Afonso Henriques 765 SCP	Ini 2006	801	310 11,38	245 4,24	246 5,95
18 ^o	Rodrigo Rocha 603 EBMS	Ini 2005	776	25 14,39	235 4,18	516 10,50
19 ^o	João Rodrigues 591 EBMS	Ini 2006	705	169 12,50	225 4,12	311 7,07
20 ^o	Diogo Viegas 411 ACRM	Ini 2005	705	246 11,85	269 4,38	190 4,98
21 ^o	Miguel Batista 774 SCP	Ini 2005	678	256 11,77	193 3,92	229 5,66
22 ^o	Rowan Santos 852 SLB	Ini 2006	665	229 11,98	217 4,07	219 5,48
23 ^o	Gonçalo Teixeira 853 SLB	Ini 2006	614	234 11,94	145 3,60	235 5,77
24 ^o	Guilherme Coelho 784 SCP	Ini 2005	493	63 13,70	150 3,64	280 6,54
25 ^o	Hugo Tomás 752 SCP	Ini 2006	220	31 14,26	0	189 4,97
Desc1 ^o	Vicente Soares 595 EBMS	Ini 2005		408 10,75		357 7,84
Desc1 ^o	Killian Fondse 928 BEL CFB	Ini 2004			0	407 8,69
Desc1 ^o	Guilherme Oliveira 868 CFB	Ini 2003			0	298 6,84
Desc1 ^o	Embaló Júnior 225 SLB	Ini 2006		0		



Associação de Atletismo de Lisboa
Triatlo Técnico Regional

14/12/2019

1

Triatlo - Iniciados

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 M Barr.Ini.Mas- 84	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-4Kg
Desc1 ⁰	Lourenço Pires 754 SCP	Ini 2006		0		
Desc1 ⁰	Gonçalo Carvalho 601 EBMS	Ini 2005		0		
Desc1 ⁰	Pedro Moreira 778 SCP	Ini 2005		0		
Desc1 ⁰	Tiago Evangelista 24 CAVF	Ini 2005		0		
Desc1 ⁰	Afonso Barão 766 SCP	Ini 2006		0		
Desc1 ⁰	Pedro Ferreira 17 CAVF	Ini 2006		0		
Desc1 ⁰	Duarte Pereira 757 SCP	Ini 2006		0		
Desc1 ⁰	Filipe Marques 767 SCP	Ini 2006		0		



Associação de Atletismo de Lisboa
Triatlo Técnico Regional

14/12/2019

2

Triatlo - Juvenis

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	Salto em Altura	60 M Barr.Juv.Fem -76	Lançamento Peso-3Kg
1 ^a	Luana Soares 253 SLB	Juv 2004	1 755	502 1,39	792 9,58	461 8,95
2 ^a	Clara Rodrigues 792 SCP	Juv 2004	1 661	632 1,51	643 10,38	386 7,79
3 ^a	Catarina Gomes 275 SLB	Juv 2003	1 610	599 1,48	657 10,30	354 7,29
4 ^a	Mariana Ribeiro 817 SCP	Juv 2003	1 591	599 1,48	611 10,56	381 7,72
5 ^a	Beatriz Nogueira 811 SCP	Juv 2003	1 391	379 1,27	627 10,47	385 7,77
Descl ^a	Djamiratu Embaló 260 SLB	Juv 2004			0	
Descl ^a	Ema Correia 816 SCP	Juv 2003			0	



Triatlo - Juvenis

Masc

Classif.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 M Barr..Juv.Mas- 91	Lançamento Peso-5Kg	Salto em Altura
1º	Haivan Almeida 611 ANG EBMS	Juv 2003	1 931	872 <i>8,45</i>	595 <i>11,81</i>	464 <i>1,60</i>
2º	Fábio Prior 265 SLB	Juv 2004	1 891	752 <i>8,97</i>	486 <i>10,00</i>	653 <i>1,83</i>
3º	Diogo Barrigana 273 SLB	Juv 2003	1 874	896 <i>8,35</i>	426 <i>9,00</i>	552 <i>1,71</i>
4º	Francisco Marques 825 SCP	Juv 2003	1 874	841 <i>8,58</i>	569 <i>11,38</i>	464 <i>1,60</i>
5º	Francisco Miguel 610 EBMS	Juv 2003	1 665	709 <i>9,17</i>	428 <i>9,03</i>	528 <i>1,68</i>
6º	Elias Dias 929 EBMS	Juv 2003	1 642	728 <i>9,08</i>	362 <i>7,93</i>	552 <i>1,71</i>
7º	Diogo Prudêncio 272 SLB	Juv 2003	1 618	755 <i>8,96</i>	437 <i>9,18</i>	426 <i>1,55</i>
8º	David Borges 608 EBMS	Juv 2003	1 166	421 <i>10,67</i>	281 <i>6,56</i>	464 <i>1,60</i>
Desclº	André Drozdovskiy 274 SLB	Juv 2003		761 <i>8,93</i>		



Triatlo - Juvenis 2

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 Metros Planos	Lançamento Peso-3Kg	Salto em Comprimento
1 ^a	Inês Vicente 256 SLB	Juv 2004	1 689	726 <i>8,41</i>	436 <i>8,57</i>	527 <i>4,88</i>
2 ^a	Susana Torres 607 EBMS	Juv 2004	1 612	818 <i>8,10</i>	320 <i>6,76</i>	474 <i>4,68</i>
3 ^a	Joana Serrano 2707 CORK	Juv 2003	1 555	723 <i>8,42</i>	394 <i>7,92</i>	438 <i>4,54</i>
4 ^a	Sofia Marques 277 SLB	Juv 2003	1 431	687 <i>8,55</i>	316 <i>6,70</i>	428 <i>4,50</i>
5 ^a	Inês Ferrinho 925 SCP	Juv 2004	1 414	605 <i>8,85</i>	430 <i>8,47</i>	379 <i>4,30</i>
6 ^a	Carolina Rocha 808 SCP	Juv 2003	1 402	698 <i>8,51</i>	364 <i>7,45</i>	340 <i>4,14</i>
7 ^a	Mariana Vieira 798 SCP	Juv 2004	1 401	587 <i>8,92</i>	368 <i>7,52</i>	446 <i>4,57</i>
8 ^a	Margarida Diniz 799 SCP	Juv 2004	1 273	553 <i>9,05</i>	365 <i>7,46</i>	355 <i>4,20</i>
9 ^a	Joana Veríssimo 419 ACRM	Juv 2003	936	477 <i>9,36</i>	236 <i>5,44</i>	223 <i>3,61</i>
10 ^a	Sara Sarmiento 415 ACRM	Juv 2004	731	393 <i>9,73</i>	338 <i>7,05</i>	0
Descl ^a	Érica Inácio 819 SCP	Juv 2003				296 <i>3,95</i>



Triatlo - Juvenis 2

Masc

Classif.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	Lançamento Peso-5Kg	60 Metros Planos	Salto em Comprimento
1º	Sisínio Ambriz 857 SLB	Juv 2004	2 141	589 <i>11,71</i>	809 <i>7,21</i>	743 <i>6,70</i>
2º	Simão Teixeira 834 SCP	Juv 2003	2 051	536 <i>10,84</i>	813 <i>7,20</i>	702 <i>6,52</i>
3º	José Ferreira 287 SLB	Juv 2003	1 900	464 <i>9,64</i>	739 <i>7,42</i>	697 <i>6,50</i>
4º	Élvio C Silva 285 SLB	Juv 2003	1 792	378 <i>8,20</i>	762 <i>7,35</i>	652 <i>6,30</i>
5º	José Tavares 279 SLB	Juv 2003	1 762	486 <i>10,00</i>	726 <i>7,46</i>	550 <i>5,83</i>
6º	Diogo Simas 2703 CPPEA	Jun 2002	1 747	492 <i>10,11</i>	684 <i>7,59</i>	571 <i>5,93</i>
7º	João Raro 807 SCP	Juv 2004	1 737	401 <i>8,58</i>	719 <i>7,48</i>	617 <i>6,14</i>
8º	Gabriel Heitmann 826 SCP	Juv 2003	1 706	524 <i>10,63</i>	719 <i>7,48</i>	463 <i>5,41</i>
9º	Afonso Almeida 801 SCP	Juv 2004	1 558	431 <i>9,08</i>	640 <i>7,73</i>	487 <i>5,53</i>
10º	Guilherme Ribeiro 270 SLB	Juv 2004	1 524	363 <i>7,95</i>	736 <i>7,43</i>	425 <i>5,22</i>
11º	João Cabaço 47 SCUT	Juv 2004	1 504	425 <i>8,98</i>	687 <i>7,58</i>	392 <i>5,05</i>
12º	Martim Gonçalves 809 SCP	Juv 2003	1 484	324 <i>7,29</i>	656 <i>7,68</i>	504 <i>5,61</i>
13º	Rodrigo Maurício 46 SCUT	Juv 2003	1 445	326 <i>7,32</i>	690 <i>7,57</i>	429 <i>5,24</i>
14º	Gonçalo Lopes 606 EBMS	Juv 2004	1 384	356 <i>7,83</i>	613 <i>7,82</i>	415 <i>5,17</i>



Triatlo - Juvenis 2

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	Lançamento Peso-5Kg	60 Metros Planos	Salto em Comprimento
15 ^o	Diogo Pereira 2704 NDJL-ST	Juv 2003	1 252	316 7,15	548 8,04	388 5,03
16 ^o	Miguel Baptista 267 SLB	Juv 2004	1 221	336 7,48	487 8,26	398 5,08
17 ^o	Felipe Bachega 269 BRA SLB	Juv 2004	1 125	237 5,79	545 8,05	343 4,79
18 ^o	Alex Valador 1 CAVF	Juv 2003	987	219 5,48	492 8,24	276 4,42
19 ^o	David Nogueira 4 CAVF	Juv 2003	935	293 6,76	439 8,44	203 3,98
Desc1 ^o	Martim Henriques 835 SCP	Juv 2003			640 7,73	597 6,05
Desc1 ^o	Bruno Djau 416 ACRM	Juv 2003			586 7,91	
Desc1 ^o	Guilherme Oliveira 868 CFB	Juv 2003			568 7,97	
Desc1 ^o	Killian Fondse 928 BEL CFB	Juv 2004			531 8,10	
Desc1 ^o	João Almeida 13 CAVF	Juv 2004			0	
Desc1 ^o	Tomás Filipe 286 SLB	Juv 2003			0	
Desc1 ^o	Francisco Nogueira 605 EBMDS	Juv 2004			0	
Desc1 ^o	Tiago Oliveira 258 SLB	Juv 2004			0	
Desc1 ^o	Francisco Gomes 283 SLB	Juv 2003			0	