



## CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO

### 1ª Jornada

Pista da E. S. A. – Castelo Branco

12/03/2005

### Resultados

<b>Masculinos</b>	<b>Prova</b>	<b>Femininos</b>
1º-Carlos Reis/85 Val 11.4 2º-Paulo Matos/89 Val 11.9	100	1º-Mª Tavares/80 Val 13.0 2ª-Tânia Martins/89 Val 13.4
1º-Micael Oliveira/86 Val 59.5 2º-Carlos Gameiro/82 Val 61.0	400	
1º-Nuno Almeida/80 Val 5.22.1	1.500	1ª-Ana Gonçalves/80 Val 6.29.9
1ºValongo (Reis/Matos/Dias/Oliveira) 47.2	4x100	1ºValongo(A.Gonçalves/V.Lourenço/W. Barata/L.Martins) 54.5
1ºBruno Miguel/75 Val 12.18 2ºTiago Rato/88 Val 11.56	Triplo	1ª Maria Tavares/80 Val 10.91 2ªLiliana Martins/88 Val 8.99
1ºBruno Miguel/75 Val 6.62 2ºTiago Rato/88 Val 6.28	Comprim	1ªWitney Barata/88 Val 5.03 2ªVânia Lourenço/88 Val 4.69
1ºDavid Tavares/82 Val 35.50 2º Roberto Dias/81 Val 33.87 3ºDavid Santos/83 Val 27.38	Dardo	1ªCátia Marques/88 Val 22.95 2ªTânia Lourenço/88 Val 15.97
1ºDavid Santos/83 Val 38.95 2ºDavid Tavares/82 Val 24.94	Martelo	1ªTânia Lourenço/88 Val 24.14 2ª Célia Ferreira/79 Val 17.57 3ªCátia Marques/88 Val 16.84

## CAMPEONATO REGIONAL DE INVERNO

20.03.05

2ª Jornada

## Resultados

MASCULINOS110 m bar

1º Tiago Rato/88 Valongo	20,1
2º Flávio Ramos/89 Donas	21,0

200 m

1º Carlos Reis/85 Valongo	24,0
2º João Rebordão/85 Valongo	24,5
3º Ricardo Matos/ Valongo	24,5
4º Alexandre Alves/87 Telhado	25,2
5º Mikael Oliveira/86 Valongo	26,3
6º Fernando Anastácio/88 Telha	27,4

400 m Bar

1º Flávio Ramos/89 Donas	68,2
--------------------------	------

3000 m

1º Hélio Barreto/86 Donas	9,22,0
2º Rui Alves/63 Refugio	11,12,2

4 X 400

Valongo	4,00,9
(R. Matos, T. Rato, C. Afonso, Mikael Oliveira)	

Disco

1º David Tavares/82 Valongo	31,54
2º David Santos/83 Valongo	30,30
3º Alexandre Alves/87 Telhado	16,45
4º Ricardo Raposo/86 Telhado	14,58

Peso

1º David Santos/83 Valongo	10,56
2º David Tavares/82 Valongo	9,94
3º Pedro Silva/80 Palmeiras	9,83
4º Roberto Alves/81 Esna	9,62
5º Helder Martins/84 Donas	8,53
6º Rui Alves/63 Refugio	6,90

Altura

1º Bruno Miguel/75 Valongo	1,98
2º Fernando Anastácio/88 Telhado	1,45
3º Tiago Monteiro/88 Telhado	1,35

Vara

1º Bruno Miguel/75 Valongo	3,20
Cristóvão Afonso/88 Valong	DNC

800 m

1º Nuno Gamboa/79 Mata	2,11,4
2º Rui Alves/63 Refugiense	2,25,9
3º Ricardo Raposo/86 Telhado	2,29,0
4º Nuno Almeida/80 Valongo	2,34,2

FEMININOS100 m bar

1ª Witney Barata/88 Valongo	16,6
2ª Vânia Lourenço/89 Valongo	18,6

200 m

1ª Tânia Martins/89 Valongo	28,4
2ª Ana Rodrigues/78 Mata	30,4
3ª Ana Proença/88 Telhado	37,7

800 m

1ª Marisa Branco/87 Palmeiras	2,39,6
2ª Ana Branco/88 Palmeiras	2,49,6

1.500 m

1ª Ana Almeida/85 Mata	6,08,10
2ª Ana Rodrigues/78 Mata	6,25,3

Disco

1ª Tânia Lourenço/88 Valongo	24,27
2ª Cátia Marques/88 Valongo	19,28
3ª Ana Proença/88 Telhado	12,22

Peso

1ª Tânia Lourenço/88 Valongo	8,48
2ª Cátia Marques/88 Valongo	6,88
3ª Célia Ferreira/79 Valongo	6,05
4ª Marisa Branco/87 Palmeiras	5,75

Altura

1ª Witney Barata/88 Valongo	1,45
-----------------------------	------

