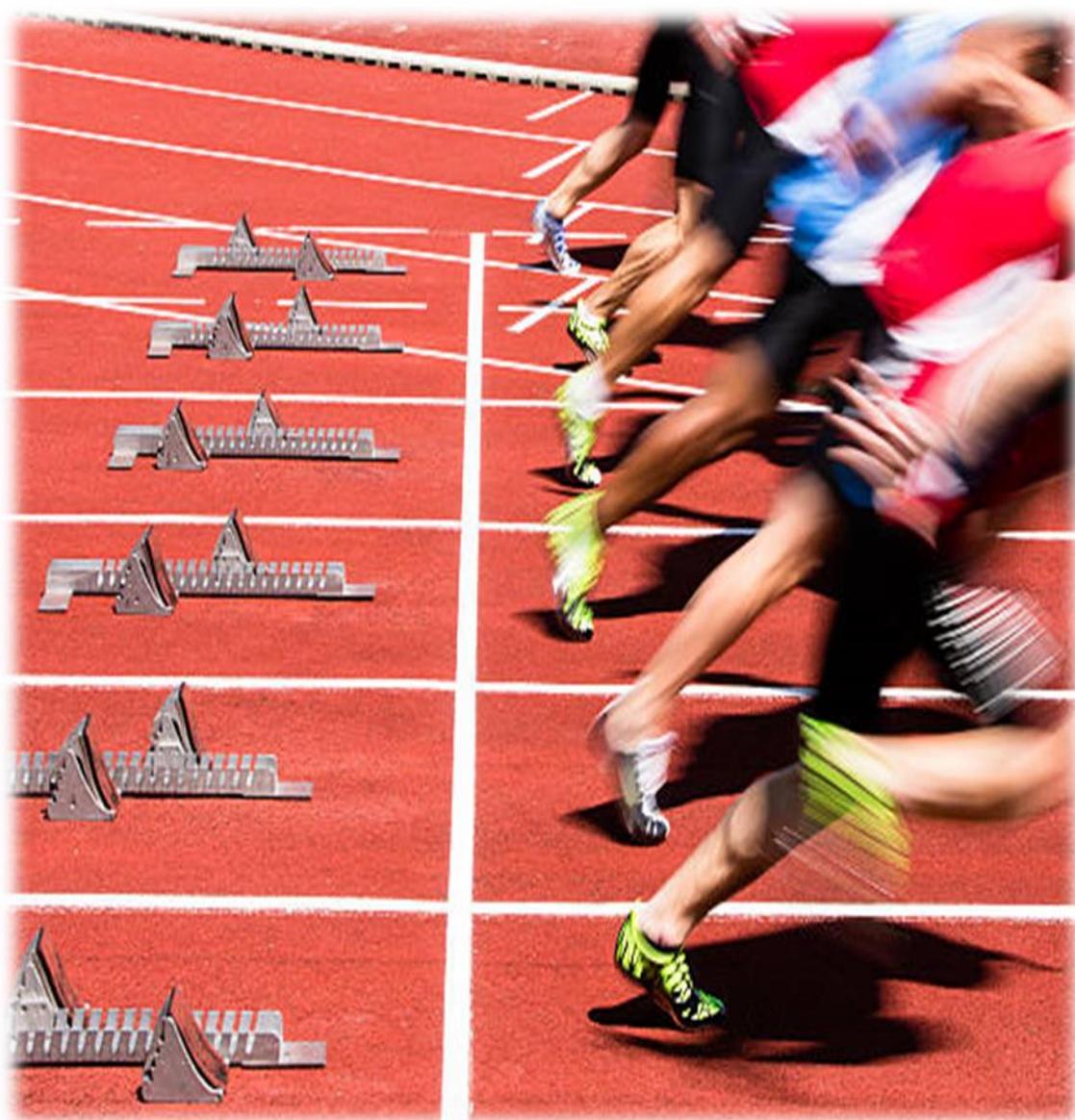


# ASSOCIAÇÃO



DE ATLETISMO DE

# VISEU



## RELATÓRIO TÉCNICO

Época 2022 / 2023

# ÍNDICE

## ANÁLISE TÉCNICA

### REFERÊNCIAS TÉCNICAS

CAMPEÕES DISTRITAIS DE CORTA-MATO

CAMPEÕES DISTRITAIS DE PISTA

CAMPEÕES DISTRITAIS DE CORRIDA EM MONTANHA

CAMPEÕES DISTRITAIS DE TRAIL

CAMPEÕES DISTRITAIS (títulos individuais)

ATLETAS COM MAIOR NÚMERO DE TÍTULOS DE CAMPEÃO DISTRITAL

VENCEDORES DOS TORNEIOS DISTRITAIS

SELECÇÕES DISTRITAIS

RECORDES E MELHORES MARCAS DA ÉPOCA

---

# ANÁLISE TÉCNICA

VISEU ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VISEU

Momento de especial importância para o nosso atletismo, ocorreu a 18.dezembro.2022 com a inauguração do novo piso sintético da *pista de atletismo do Estádio Municipal do Fontelo*, que recebeu o evento solidário Viseu Xmas Run 2022, uma corrida de pais Natal, com partida e chegada nesta pista. As obras do Estádio Municipal do Fontelo, com a implementação da nova pista sintética, novo tapete de relva e o novo sistema de rega, ficaram em cerca de 1,4 milhões de euros.

A 08.julho.2021, o Executivo municipal decidiu em reunião de Câmara, atribuir o nome do antigo campeão de atletismo Carlos Lopes àquela estrutura. *“Carlos Lopes é o eterno campeão olímpico português. É um atleta viseense, nascido em Vildemoinhos há 74 anos, que levou muito longe o nome de Viseu. Tenho a certeza que esta é a escolha mais acertada para a designação da nova pista de atletismo e serve também como uma homenagem justa e merecida”*, explicou Conceição Azevedo, presidente da Câmara Municipal de Viseu ao CENTRO TV. Carlos Lopes venceu a prova da maratona nos Jogos Olímpicos de Los Angeles a 12 de agosto de 1984, tornando-se o primeiro português a receber uma medalha de ouro no mais importante evento desportivo a nível mundial. Foi igualmente um dos melhores atletas da sua geração e uma referência mundial do atletismo de longa distância. No entanto, tais argumentos não foram suficientes para que a pista de atletismo do Estádio Municipal do Fontelo, recebesse tal honraria.

No entanto, o momento que marcaria a época desportiva de 2022/2023, seria o desaparecimento de *Vasco Baptista Chaves* (27.10.1935 - 27.03.2023), o *“decano dos presidentes das Associações Distritais de Atletismo”*, como referiu de forma carinhosa o Presidente da Federação Portuguesa de Atletismo, prof. Jorge Vieira, em Assembleia Geral da Federação Portuguesa de Atletismo e sendo-lhe atribuído o Voto de Louvor por parte de todos os associados presentes, seguindo-se um minuto de silêncio. A sua ligação ao atletismo surge quando na década de 60 do século passado, fazia a ligação ente o Clube Académico de Futebol e a Associação dos Desportos de Viseu, sendo que em 1965 passa a desempenhar o cargo de Secretário da Direção da Associação dos Desportos de Viseu, era Presidente da Direção, o Dr. Armando dos Santos Pereira. Em 1980, torna-se Presidente da Direção da Associação dos Desportos de Viseu. Em finais de 1988, é fundada a Associação de Atletismo de Viseu e faz parte da Comissão Instaladora, sendo em maio de 1989, eleita a primeira Direção da Associação de Atletismo de Viseu, tornando-se assim, o primeiro Presidente desta Associação, cargo que ocupou até falecer. Homem de grande sentido de humor e de trato fácil, partiu, enquanto desempenhava as funções de líder da modalidade da nossa região e que as desempenhou de forma tenaz durante quatro décadas.

A 23.setembro.2023, decorreu na Aula Magna do Instituto Politécnico de Viseu a 29ª Gala dos Prémios Anim´arte, com homenagem presencial ao viseense e campeão olímpico Carlos Lopes. A 20.dezembro.2022, o atletismo nacional já tinha vivido um momento especial e ímpar, numa noite memorável, onde algumas das maiores figuras do nosso atletismo foram homenageadas, algumas a título póstumo, na Gala do Centenário da Federação Portuguesa de Atletismo. Entre as muitas homenagens, o viseense e campeão olímpico, *Carlos Alberto de Sousa Lopes*, foi eleito o Atleta Masculino do Centenário e foi também distinguido como uma das Personalidades do Centenário das Associações Distritais, na categoria de Atleta da Associação de Atletismo de Viseu. Como não teve oportunidade de estar presente, este foi o momento encontrado para entregar a Carlos Lopes o respectivo prémio e que não foi possível entregar de forma mais célere. Vasco Baptista Chaves, o eterno Presidente da Associação de Atletismo de Viseu, que recentemente nos tinha deixado, tinha o desejo de entregar pessoalmente este prémio a Carlos Lopes, foi algo que já não conseguiu cumprir. Entregou o prémio, o Vice-presidente da Associação de Atletismo de Viseu, Ramiro Fernando Martins e Sousa.

A 03.dezembro.2023, Dia Internacional das Pessoas com Deficiência, *Cristiano Daniel Pinto Pereira* conquistou o título de campeão Europeu VIRTUS, que ao cortar a meta da Meia Maratona dos Descobrimentos, em Lisboa em 1h06m31s, bateu o recorde mundial da meia-maratona para a classe T20. Coletivamente, Portugal ficou na segunda posição.

Numa tentativa de integrar o Grande Prémio Internacional de “Cidade de Viseu” no certame da Feira de São Mateus, pois foi daí que esta prova nasceu, após várias tentativas de contacto que não sortiram efeito e a Associação de Atletismo de Viseu solicitou a colaboração da Câmara Municipal de Viseu e o *61º Grande Prémio Internacional de “Cidade de Viseu”* realizou-se em conjunto com mais uma edição do Viseu Xmas Run 2023 (17.12.2023), com a participação dos atletas populares, já os federados participaram no Grande Prémio Internacional de “Cidade de Viseu”. Individualmente venceu João Pais (Centro de Atletismo de Seia) que no último terço da prova foi mais forte que Cristiano Pereira (Casa do Povo de Mangualde) e do setubalense Avelino Sangahanli (Vitória Futebol Clube). Em femininos, venceu a viseense Rita Figueiredo (Grupo Desportivo do Estreito), seguida por Sabina Neca e Tânia Cruz (ambas da Associação Cultural e Recreativa Senhora do Desterro). Colectivamente e em masculinos, venceu a Casa do Povo de Mangualde e em femininos venceu a Associação Cultural e Recreativa Senhora do Desterro. Esta que é a prova pedestre mais antiga do país, teve o seu fim anunciado, valeu a sensibilidade da Câmara Municipal de Viseu, que em boa hora abriu esta janela, permitindo que o Grande Prémio Internacional de “Cidade de Viseu” se realizasse em conjunto com mais uma edição do Viseu Xmas Run e assim os desígnios desta prova continuam a ser escritos.

A Associação de Atletismo de Viseu juntamente com as suas congéneres de Castelo Branco e Guarda, levaram a efeito o *Curso de Treinadores de Atletismo Grau I* e referência para os novos treinadores: Carlos Manuel Vilar Nunes, Luís Carlos Ferreira Morgado, Maria do Céu dos Santos e Sousa Nunes (Clube Desportivo de Leomil), Carolina Maria da Silva Henriques e Sousa (Dinamo Clube Estação) e Paulo Jorge Coelho Ferreira (Associação Desportiva Tartarugas e Lebres).

A 14.janeiro.2023 a Associação de Atletismo de Viseu, em conjunto com as suas homólogas de Castelo Branco e Guarda, levaram a efeito o *7º Encontro de Atletismo de Pista “Abaixo de Zero”*, naquela que terá sido a melhor edição.

A 13.maio.2023, o mangualdense *Miguel Marques Monteiro* venceu a prova de lançamento do peso, categoria F40, no World Para Athletics Grand Prix 2023, que se realizou em Jesolo, Veneza (Itália). Miguel Monteiro lançou o peso a 11,03 metros, derrotando por 97 centímetros o sul-coreano Jung Jisong (10,06). Com este resultado, Miguel Monteiro conseguiu a melhor marca mundial do ano, a pouco mais de meio metro do recorde mundial (11,60) que lhe pertence. No entanto, o melhor chegaria a 11.julho.2023, com o atleta paralímpico português, medalha de bronze nos Jogos Paralímpicos de Tóquio’2020, ao ser medalha de bronze no lançamento do peso F40 nos Campeonatos do Mundo WPA Paris 2023, com a marca de 11,14 metros.

Depois de ter recebido a maior manifestação desportiva juvenil da modalidade em 2019, Lagoa voltou a receber mais uma vez o *Torneio Nacional Olímpico Jovem*, no fim-de-semana de 20 e 21 de Maio de 2023. A região do Algarve já tinha recebido este evento em Vila Real de Santo António (1998), Lagos (2005), Albufeira (2009) e Lagoa (2019).

O formato pré-pandémico voltou a ser aplicado com todas as 20 seleções Regionais a competirem juntas num só local, com o tradicional desfile pelas ruas de Lagoa, onde as cores e a alegria marcaram presença. A competição decorreu no bonito Estádio Municipal da Bela Vista, que oferece óptimas condições para a prática da modalidade

Coletivamente venceu a selecção de Leiria, que soma assim a sua quarta vitória neste torneio nacional, o Porto ficou-se pela segunda posição, com a equipa da casa a completar o pódio. O Algarve chega assim ao pódio pela primeira vez. Quanto à representação viseense, apresentou um grupo de atletas motivados e com enorme gosto pela modalidade, mas na sua maioria, ainda com pouca experiência na modalidade. Viseu ficou-se pela 16ª posição, mas com a expectativa de melhor fazer na próxima edição, tendo em atenção a evolução destes atletas, sendo que a maioria ainda poder participar nas próximas três edições.

Individualmente, referência para a atleta iniciada Carolina Fernandes, que representa a Associação Grão Vasco, terceira classificada no salto em comprimento com 5,13 metros, já no salto em altura, conquistou o posição menos desejada, foi quarta com 1,40 metros, o mesmo registo que a terceira classificada. Também o atleta iniciado Rafael Carrilho do Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”, realizou uma prova extraordinária no salto em comprimento, melhorando o seu recorde pessoal para 5,79 metros, mas insuficientes para conquistar um lugar no pódio. Foi quarto classificado, a 13 cm do terceiro classificado.

A Associação de Atletismo de Viseu agradece mais uma vez a forma como os atletas se voluntariaram para representar a AAV, dar os parabéns pela forma exemplar como encararam a competição e também na vertente social. Um agradecimento especial para os amigos Paulo Frias, Luís Tavares (GD Ribeirinhos) e Paulo Ferreira (AD Tartarugas e Lebres) na forma como se prontificaram em colaborar com a AAV ao nível de transportes, num processo que se revelou muito difícil para esta Associação. Este agradecimento também é extensivo para Associação Recreativa e Desportiva Os Povoenses, que se prontificou em ceder uma viatura à AAV para transporte dos atletas. Por fim, agradecimento ao professor Mário Pereira, treinador da Associação Grão Vasco, que nestes últimos anos tem acompanhado várias selecções da AAV e que mais uma vez, ajudou a orientar os atletas da comitiva viseense.

*Este ano*, a madrinha da competição, foi a atleta internacional e olímpica Ana Dias, natural de Faro.

Depois de ter conquistado a 2ª posição nos 800 metros dos Campeonatos Nacionais de Juvenis (SUB-18) na pista da Sobreda em Almada 17.junho.2023, com 1.57.73 minutos, eis que o atleta do Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos” é chamado para representar Portugal no Troféu Ibérico SUB-18. **Pedro Dinis Pereira de Lemos** participou nos 800 metros, que decorreu em Leiria a 19 de julho. (foi 3ª com 1.57.62, ficou atrás dos 2 atletas espanhóis). Curiosamente o Troféu Ibérico SUB-18 estava previsto para ser realizado no Estádio Municipal do Fontelo, a Federação Portuguesa de Atletismo ainda reuniu com a Câmara Municipal de Viseu, a Real Federação Espanhola de Atletismo tinha enorme interesse que esta prova decorresse em Viseu, no entanto a autarquia viseense foi taxativa ao afirmar que não tinha qualquer tipo de interesse em receber o Troféu Ibérico SUB-18. Foi pena, Pedro Lemos poderia ter corrido na sua cidade, perante os seus amigos e familiares e com toda a certeza teria enorme apoio, naquela que foi a sua primeira internacionalização com a camisola da selecção nacional. Recorde-se que esta prova não traria qualquer tipo de encargo para a CMV, visto que vinha incluída na 100ª edição dos Campeonatos Nacionais de Corta-mato, que seria também uma forma justa de homenagear o viseense campeão olímpico, Carlos Lopes, que foi por três ocasiões, campeão do mundo de corta-mato, Chepstown (1976), New Jersey (1984) e Lisboa (1985).

O concelho de Castro Daire voltou novamente a integrar o calendário da Taça do Mundo de Corrida em Montanha 2023 - Valsir Mountain Running World Cup 2023, o **MONTEMURO VERTICAL RUN**, que teve lugar em Parada de Ester a 02.julho.2023, uma das 17 provas deste circuito, a realizar em 8 países, para grandes desafios ao alcance dos amantes da corrida em montanha.

A empresa municipal Viseu Marca, volta a organizar a segunda edição da *Meia Maratona de Viseu - Feira de São Mateus*, com a colaboração do Viseu 360º, Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos” e os Viriathvs Runners Viseu, para sua organização. Nos 10 km, venceu Fernando Serrão (Sporting Clube de Portugal) com 32.19 minutos e Rita Figueiredo (Sporting Clube de Portugal) com 32.19 minutos e 552 participantes. Na Meia Maratona, Fábio Oliveira (Guilhovai) venceu com 1.07.20 e Andreia Santos (Clube Desportivo Feirense) com 1.20.41, e 486 participantes. Entre atletas Benjamins A (21), Benjamins B (24), Infantis (24), Iniciados (14) e cadeira de rodas (4), num total de 1.125 atletas participantes.

No que diz respeito aos torneios distritais da *Campanha “Viva o Atletismo”*, a Associação Grão Vasco venceu o Atleta Completo e o Tetratlo Jovem, Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos” venceu o Triatlo Técnico Jovem e o Salto em Altura, sendo que a Associação Desportiva Tartarugas e Lebres venceu o Km Jovem.

Os atletas que mais vezes representaram a selecção distrital, Rafael Carrilho e Xavier Tavares, ambos do Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”, Carolina Fernandes e Maria Manuel Brito, ambas da Associação Grão Vasco, no Triatlo Técnico Jovem, Atleta Completo e Olímpico Jovem. Também o atleta Pedro Lemos do Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos” se enquadra neste grupo, pois representou a selecção distrital no Triatlo Técnico Jovem, Km Jovem e Olímpico Jovem.

Os clubes que mais atletas cederam para as várias selecções distritais, Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos” com 12 atletas e a Associação Grão Vasco com 11 atletas, num total de 36 atletas cedidos.

O atleta *Xavier Tavares* do Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos” ao realizar a marca de 12,51 metros no Triplo salto de pista coberta em Braga no pavilhão de exposições Altice Fórum Braga, esta marca passa a constituir novo Recorde Distrital de Juvenis, marca que já durava à 22 ano e que pertencia a Pedro Pereira (Sport Viseu e Benfica) com 12,18 metros, realizados em Espinho em 06.janeiro.2001.

També a atleta *Matilde Dias Simões*, do Sport Viseu e Benfica, bateu dois recordes distritais que já duravam à vários anos. Em Abrantes correu os 200 m em 25.76 segundos, novo Recorde Distrital de Juniores, este recorde pertencia a Mafalda Ribeiro (Clube Desportivo de Drizes) com 25,95 realizados em Viseu a 15.julho.2001, a pouco mais de um mês de completar 22 anos. Curiosamente, esta atleta é tia da atleta da Associação Grão Vasco, Carolina Fernandes. Outro recorde conseguido, os 200 m barreiras (0.76) com 31.92 segundos, novo Recorde Distrital de Juniores e Absolutos, realizados em Viseu no Torneio A. Neves dos Santos, que após vários anos voltou a realizar-se e no feriado 1 de maio. Este recorde pertencia a Isabel Veloso (Clube Académico de Futebol) com 35.1 segundos e datava de 1971.

Os atletas que mais se destacaram no decorrer da época, referência para *Matilde Dias Simões* (Sport Viseu e Benfica), que foi 3ª classificada nos 60 metros dos Campeonatos Nacionais de Juniores Pista Coberta (SUB-20) (Pombal) 25.02.2023, representou a selecção nacional nos 4x100 metros no Meeting da Liberdade (SUB-20) (Lisboa) a 25.04.2023, vários títulos de campeã distrital em pista, bateu o recorde distrital de Juniores e Absolutos nos 60 m em Pista Coberta, ao Ar Livre, nas distâncias não olímpicas das 100 jardas, 150 m e nos 200 m barreiras, distâncias com grande tradição nos países anglo-saxónicos, bateu o recorde distrital de Juniores e em Absolutos. Confirmou ser a melhor velocista de sempre da história do atletismo do nosso distrito. Ainda no sector feminino, a ex velocista Catarina Fernandes (Viriathvs Runners Viseu) campeã distrital de trail, corta-mato curto e corta-mato longo, é de momento a melhor fundista da nossa região. No sector masculino, a realçar Marcelo Gonçalves (Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau) campeão distrital de trail, corrida em montanha, corta-

mato curto e corta-mato longo. Tem sido um dos muito poucos atletas da nossa região com coragem para participal no Campeonato Nacional de Corta-mato Longo.

Mais uma época desportiva chegou ao fim e com a certeza porém, que cada um deu o seu melhor. A época desportiva que se aproxima, trará novos desafios para o atletismo da Associação de Atletismo de Viseu.

---

# REFERÊNCIAS TÉCNICAS

*VISEU ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VISEU*

# CAMPEÕES DISTRITAIS DE CORTA-MATO

## Senhora da Ouvida - Castro Daire e Quintela de Azurara - Mangualde

### **BENJAMINS MASCULINOS**

- Individual - Santiago Ferreira (Dinamo Clube Estação)  
Equipas nenhuma equipa apresentou o número necessário de atletas para pontuar

### **BENJAMINS FEMININOS**

- Individual - Madalena Vieira (União Desportiva Sampedrense)  
Equipas - Dinamo Clube Estação (16 pontos)

### **INFANTIS MASCULINOS**

- Individual - Rodrigo Correia (Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")  
Equipas - Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos" (18 pontos)

### **INFANTIS FEMININOS**

- Individual - Maria Sousa (Dinamo Clube Estação)  
Equipas - Dinamo Clube Estação (10 pontos)

### **INICIADOS MASCULINOS**

- Individual - Gonçalo Carvalho (Escola de Atletismo Carlos Lopes)  
Equipas - Associação Desportiva Tartarugas e Lebres (19 pontos)

### **INICIADOS FEMININOS**

- Individual - Ana Margarida Lima (Individual)  
Equipas nenhuma equipa apresentou o número necessário de atletas para pontuar

### **JUVENIS MASCULINOS**

- Individual - Pedro Lemos (Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")  
Equipas nenhuma equipa apresentou o número necessário de atletas para pontuar

### **JUVENIS FEMININOS**

- Individual - Raquel Morgado (Clube Desportivo de Leomil)  
Equipas - Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos" (09 pontos)

### **JUNIORES MASCULINOS**

- Individual - David Kotchetov (Clube Desportivo de Leomil)  
Equipas nenhuma equipa apresentou o número necessário de atletas para pontuar

### **JUNIORES FEMININOS**

- Individual sem participação  
Equipas sem participação

### **SENIORES MASCULINOS CROSS CURTO**

- Individual - Marcelo Gonçalves (Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau)  
Equipas - Centro de Atletismo de Tondela (11 pontos)

#### **SENIORES FEMININOS CROSS CURTO**

- Individual - Catarina Fernandes (Viriathvs Runners Viseu) vencedora geral  
- Daniela Falcão (Clube Desportivo de Leomil) primeira atleta sénior
- Equipas - Clube Desportivo de Leomil (13 pontos)

#### **SENIORES MASCULINOS CROSS LONGO**

- Individual - Marcelo Gonçalves (Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau)
- Equipas - Casa do Povo de Mangualde (18 pontos)

#### **SENIORES FEMININOS CROSS LONGO**

- Individual - Catarina Fernandes (Viriathvs Runners Viseu)
- Equipas - Viriathvs Runners Viseu (09 pontos)

#### **VETERANOS I FEMININOS**

- Individual - Tânia Pinto (Viriathvs Runners Viseu)

#### **VETERANOS II FEMININOS**

- Individual - Catarina Fernandes (Viriathvs Runners Viseu)

#### **VETERANOS III FEMININOS**

- Individual - Patrícia Antunes (Clube Desportivo de Leomil)

#### **VETERANOS IV FEMININOS**

- Individual - Maria do Céu Nunes (Clube Desportivo de Leomil)

#### **VETERANOS V FEMININOS**

- Individual - Maria Vale (Viriathvs Runners Viseu)

#### **VETERANOS I MASCULINOS**

- Individual - Tiago Machado (Casa do Povo de Mangualde)

#### **VETERANOS II MASCULINOS**

- Individual - Luís Martins (Centro de Atletismo de Tondela)

#### **VETERANOS III MASCULINOS**

- Individual - Carlos Ribeiro (Centro de Atletismo de Tondela)

#### **VETERANOS IV MASCULINOS**

- Individual - José Martins (Viriathvs Runners Viseu)

#### **VETERANOS V MASCULINOS**

- Individual - Paulo Costa (Viriathvs Runners Viseu)

## **CAMPEÕES DISTRITAIS DE PISTA** **Estádio Municipal do Fontelo**

### **INFANTIS MASCULINOS**

Equipas - CARDES de Barbeita (90 pontos)

### **INFANTIS FEMININOS**

Equipas - Dínamo Clube Estação (130 pontos)

### **INICIADOS MASCULINOS**

Equipas - CARDES de Barbeita (143 pontos)

### **INICIADOS FEMININOS**

Equipas - Associação Grão Vasco (79 pontos)

### **JUVENIS MASCULINOS**

Equipas - Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos" (152 pontos)

### **JUVENIS FEMININOS**

Equipas - Associação Grão Vasco (93 pontos)

### **JUNIORES MASCULINOS**

Equipas - Sport Viseu e Benfica (70 pontos)

### **JUNIORES FEMININOS**

Equipas - Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos" (34 pontos)

### **SENIORES MASCULINOS**

Equipas Inverno - Sport Viseu e Benfica (116 pontos)

Equipas Verão - Sport Viseu e Benfica (105 pontos)

### **SENIORES FEMININOS**

Equipas Inverno - Sport Viseu e Benfica (119 pontos)

Equipas Verão - Sport Viseu e Benfica (148 pontos)

## CAMPEÕES DISTRITAIS DE CORRIDA EM MONTANHA Leomil - Moimenta da Beira

### **JUNIORES MASCULINOS**

- Individual sem participação
- Equipas nenhuma equipa apresentou o número necessário de atletas para pontuar

### **JUNIORES FEMININOS**

- Individual sem participação
- Equipas nenhuma equipa apresentou o número necessário de atletas para pontuar

### **SENIORES MASCULINOS**

- Individual - Marcelo Gonçalves (Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau)

### **VETERANOS I MASCULINOS (M35)**

- Individual - Rui Neves (Clube Desportivo de Leomil)

### **VETERANOS II MASCULINOS (M40)**

- Individual - Bruno Tecelão (Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")

### **VETERANOS III MASCULINOS (M45)**

- Individual - Paulo Ferreira (Associação Desportiva Tartarugas e Lebres)

### **VETERANOS IV MASCULINOS (M50)**

- Individual - António Lourenço (Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau)

### **VETERANOS V MASCULINOS (M55)**

- Individual - Roberto Leal (Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")

### **VETERANOS VI MASCULINOS (M60)**

- Individual - Acácio Fonseca (Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau)

### **VETERANOS VII MASCULINOS (M65)**

- Individual - Arlindo Dias (Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")
- Equipas - Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau (11 pontos)

### **SENIORES FEMININOS**

- Individual - Daniela Falcão (Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau)

### **VETERANOS I FEMININOS (F35)**

- Individual sem participação

### **VETERANOS II FEMININOS (F40)**

- Individual - Ana Sofia Correia (Clube Desportivo de Leomil)

### **VETERANOS III FEMININOS (F45)**

- Individual - Maria Otilia (Tila) Pina (Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau)

### **VETERANOS IV FEMININOS (F50)**

- Individual - Rosa Silva (Clube Desportivo de Leomil)

### **VETERANOS V / VI / VII FEMININOS (F55) / (F60) / (F65)**

- Individual sem participação
- Equipas - Clube Desportivo de Leomil (06 pontos)

# CAMPEÕES DISTRITAIS DE TRAIL

## Aguadalte a Mões - Castro Daire

### SENIORES MASCULINOS

Individual - Marcelo Gonçalves (Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau)

### VETERANOS II MASCULINOS (M40)

Individual - Celso Loureiro (Associação Desportiva Cultural e Recreativo de Vila Boa)

### VETERANOS IV MASCULINOS (M50)

Individual - Paulo Costa (Viriathvs Runners Viseu)

### VETERANOS VI MASCULINOS (M60)

Individual - Tomás Fonseca (Viriathvs Runners Viseu)

Equipas - Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau (14 pontos)

### SENIORES FEMININOS

Individual - Catarina Fernandes (Viriathvs Runners Viseu) vencedora geral  
- Amélia Loureiro (Viriathvs Runners Viseu) primeira atleta sénior

### VETERANOS I FEMININOS (F40)

Individual - Catarina Fernandes (Viriathvs Runners Viseu)

### VETERANOS II FEMININOS (F50)

Individual - Maria do Céu Nunes (Clube Desportivo de Leomil)

### VETERANOS III FEMININOS (F60)

Individual - sem participação

Equipas - Grupo Desportivo e Recreativo da Granja - Trutas do Mau (18 pontos)

## CAMPEÕES DISTRITAIS (títulos individuais)

### BENJAMINS MASCULINOS

Santiago Ferreira (Dinamo Clube Estação) corta-mato

### BENJAMINS FEMININOS

Madalena Vieira (União Desportiva Sampedrense) corta-mato

### INFANTIS MASCULINOS

David Fernandes (Dinamo Clube Estação) 60 m, 150 m  
Rodrigo Correia (GD "Os Ribeirinhos") corta-mato  
Rodrigo Martins (CARDES de Barbeita) peso 3 kg, disco 750 grs., comprimento, dardo 500 grs.  
Samuel Rocha (União Desportiva Sampedrense) 600 m

### INFANTIS FEMININOS

Helena Silva (GD "Os Ribeirinhos") 600 m  
Maria Cunha (Dinamo Clube Estação) 60 m, peso 2 kg, disco 600 grs.  
Maria Inês Pinho (Associação Grão Vasco) altura,  
Maria Sousa (Dinamo Clube Estação) 150 m, comprimento, corta-mato  
Mariana Vicente (CARDES de Barbeita) dardo 400 grs.

### INICIADOS MASCULINOS

Afonso do Vale (CARDES de Barbeita) 80 m  
André Jin (Associação Grão Vasco) dardo 600 grs., disco 1 kg  
Gonçalo Carvalho (EA Carlos Lopes) 800 m, corta-mato  
Rafael Carrilho (GD "Os Ribeirinhos") altura, comprimento,  
Rodrigo Martins (CARDES de Barbeita) peso 4 kg  
Simão Nunes (AD Tartarugas e Lebres) 250 m  
Vitor Couto (CARDES de Barbeita) 100 m bar., martelo 4 kg

### INICIADOS FEMININOS

Ana Margarida Lima (Individual) corta-mato  
Ana Sofia Carrilho (GD "Os Ribeirinhos") 80 m bar.  
Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco) comprimento, altura, peso 3 kg, disco 750 grs.  
Joana Ferreira (AD Tartarugas e Lebres) 800 m  
Lara Mendes (CARDES de Barbeita) martelo 3 kg  
Leonor Girão (União Desportiva Sampedrense) 250 m  
Inês Marques (Associação Grão Vasco) dardo 500 grs.

### JUVENIS MASCULINOS

André Jin (Associação Grão Vasco) dardo 700 grs.  
Gonçalo Carvalho (EA Carlos Lopes) 800 m  
Pedro Lemos (GD "Os Ribeirinhos") martelo 5 kg, 300 m, corta-mato  
Rafael Carrilho (GD "Os Ribeirinhos") 100 m  
Simão Duarte (Associação Grão Vasco) peso 5 kg, disco 1,5 kg  
Xavier Tavares (GD "Os Ribeirinhos") 110 m bar., comprimento

### JUVENIS FEMININOS

Bárbara Pais (GD "Os Ribeirinhos") 100 m bar.  
Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco) comprimento, altura  
Joana Ferreira (AD Tartarugas e Lebres) 300 m, 800 m  
Lara Mendes (CARDES de Barbeita) disco 1 kg  
Leonor Girão (União Desportiva Sampedrense) 100 m

|   |                |
|---|----------------|
| Maria Manuel Brito (Associação Grão Vasco)  | dardo 500 grs. |
| Matilde Couto (CARDES de Barbeita)          | martelo 3 kg   |
| Raquel Morgado (Clube Desportivo de Leomil) | corta-mato     |
| Sofia Amaral (Associação Grão Vasco)        | peso 3 kg      |

### JUNIORES MASCULINOS

|  |                        |
|--|------------------------|
| André Osório (SV Benfica)                    | dardo 800 grs., altura |
| David Kotchetov (Clube Desportivo de Leomil) | corta-mato             |
| Martim Lourenço (SV Benfica)                 | 100 m                  |
| Pedro Lemos (GD "Os Ribeirinhos")            | 400 m                  |
| Simão Duarte (Associação Grão Vasco)         | disco 1,750 grs.       |
| Xavier Tavares (GD "Os Ribeirinhos")         | peso 6 kg              |

### JUNIORES FEMININOS

|  |   |
|--|---|
| Francisca Encarnação (GD "Os Ribeirinhos") | 1.500 m                                 |
| Matilde Couto (CARDES de Barbeita)         | dardo 600 grs., peso 4 kg, martelo 4 kg |
| Matilde Simões (SV Benfica)                | 100 m, comprimento                      |

### SENIORES MASCULINOS

|   |   |
|---|---|
| Acácio Fonseca (GDR Granja - Trutas do Mau)       | montanha (M60)                                      |
| André Osório (SV Benfica)                         | dardo 800 grs.                                      |
| António Lourenço (GDR Granja - Trutas do Mau)     | montanha (M50)                                      |
| Arlindo Dias (Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")  | montanha (M65)                                      |
| Bruno Tecelão (Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos") | montanha (M40)                                      |
| Carlos Ribeiro (Centro de Atletismo de Tondela)   | corta-mato (M45)                                    |
| Celso Loureiro (ADCR de Vila Boa)                 | trail (M40)   |
| Francisco Castro (Associação Grão Vasco)          | 60 m (i) comprimento (i)                            |
| José Martins (Viriathvs Runners Viseu)            | corta-mato (M50)                                    |
| Luís Martins (Centro de Atletismo de Tondela)     | corta-mato (M40)                                    |
| Marcelo Gonçalves (GDR Granja - Trutas do Mau)    | corta-mato curto, corta-mato longo, montanha, trail |
| Paulo Costa (Viriathvs Runners Viseu)             | corta-mato (M55), trail (M50)                       |
| Paulo Ferreira (AD Tartarugas e Lebres)           | montanha (M45)                                      |
| Pedro Lemos (GD "Os Ribeirinhos")                 | 400 m (i)   |
| Roberto Leal (Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")  | montanha (M55)                                      |
| Rui Neves (Clube Desportivo de Leomil)            | montanha (M35)                                      |
| Rui Pereira (Individual)                          | 1.500 m (i)   |
| Tiago Machado (Casa do Povo de Mangualde)         | corta-mato (M35)                                    |
| Tomás Fonseca (Viriathvs Runners Viseu)           | trail (M60)   |

### SENIORES FEMININOS

|   |   |
|---|---|
| Amélia Loureiro (Viriathvs Runners Viseu)             | trail   |
| Ana Albuquerque (CP Mangualde)                        | 1.500 m (i)                                     |
| Ana Sofia Correia (Clube Desportivo de Leomil)        | montanha (F40)                                  |
| Catarina Fernandes (Viriathvs Runners Viseu)          | corta-mato longo, corta-mato (F40), trail (F40) |
| Daniela Falcão (GDR Granja - Trutas do Mau)           | corta-mato curto, montanha                      |
| Inês Almeida (SV Benfica)                             | peso 4 kg (i)                                   |
| Maria do Céu Nunes (Clube Desportivo de Leomil)       | corta-mato (F50), trail (F50)                   |
| Maria Otília (Tila) Pina (GDR Granja - Trutas do Mau) | montanha (F45)                                  |
| Maria Vale (Viriathvs Runners Viseu)                  | corta-mato (F55)                                |
| Martina Gomes (SV Benfica)                            | dardo 600 grs. (i)                              |
| Matilde Simões (SV Benfica)                           | 60 m (i), comprimento (i)                       |
| Patrícia Antunes (Clube Desportivo de Leomil)         | corta-mato (F45)                                |
| Rosa Silva (Clube Desportivo de Leomil)               | montanha (F50)                                  |
| Tânia Pinto (Viriathvs Runners Viseu)                 | corta-mato (F35)                                |

(i) - Campeonato Distrital de Pista de Inverno

## ATLETAS COM MAIOR NÚMERO DE TÍTULOS DE CAMPEÃO DISTRITAL

|  |  |   |
|--|--|---|
| Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco)     |  |   |
| Campeonato Distrital de Iniciados              | comprimento, altura, peso 3 kg, disco 750 grs.         |   |
| Campeonato Distrital de Juvenis                | comprimento, altura                                    | 6 |
| Rodrigo Martins (CARDES de Barbeita)           |  |   |
| Campeonato Distrital de Infantis               | peso 3 kg, disco 750 grs., comprimento, dardo 500 grs. |   |
| Campeonato Distrital de Iniciados              | peso 4 kg  | 5 |
| Pedro Lemos (GD "Os Ribeirinhos")              |  |   |
| Campeonato Distrital de Corta-mato             | corta-mato   |   |
| Campeonato Distrital de Juvenis                | martelo 5 kg, 300 m                                    |   |
| Campeonato Distrital de Juniores               | 400 m  |   |
| Campeonato Distrital de Inverno de Pista       | 400 m  | 5 |
| Matilde Couto (CARDES de Barbeita)             |  |   |
| Campeonato Distrital de Juvenis                | martelo 3 kg   |   |
| Campeonato Distrital de Juniores               | dardo 600 grs., peso 4 kg, martelo 4 kg                | 4 |
| Matilde Simões (SV Benfica)                    |  |   |
| Campeonato Distrital de Juniores               | 100 m, comprimento                                     |   |
| Campeonato Distrital de Inverno de Pista       | 60 m, comprimento                                      | 4 |
| Marcelo Gonçalves (GDR Granja - Trutas do Mau) |  |   |
| Campeonato Distrital de Corta-mato             | corta-mato curto, corta-mato longo                     |   |
| Campeonato Distrital de Corrida em Montanha    | montanha   |   |
| Campeonato Distrital de Trail                  | trail  | 4 |
| Maria Sousa (Dinamo Clube Estação)             |  |   |
| Campeonato Distrital de Corta-mato             | corta-mato   |   |
| Campeonato Distrital de Infantis               | 150 m, comprimento                                     | 3 |
| André Jin (Associação Grão Vasco)              |  |   |
| Campeonato Distrital de Iniciados              | dardo 600 grs., disco 1 kg                             |   |
| Campeonato Distrital de Juvenis                | dardo 700 grs.   | 3 |
| Gonçalo Carvalho (EA Carlos Lopes)             |  |   |
| Campeonato Distrital de Corta-mato             | corta-mato   |   |
| Campeonato Distrital de Iniciados              | 800 m  |   |
| Campeonato Distrital de Juvenis                | 800 m  | 3 |
| Joana Ferreira (AD Tartarugas e Lebres)        |  |   |
| Campeonato Distrital de Iniciados              | 800 m  |   |
| Campeonato Distrital de Juvenis                | 300 m, 800 m   | 3 |
| Rafael Carrilho (GD "Os Ribeirinhos")          |  |   |
| Campeonato Distrital de Iniciados              | altura, comprimento                                    |   |
| Campeonato Distrital de Juvenis                | 100 m  | 3 |
| Simão Duarte (Associação Grão Vasco)           |  |   |
| Campeonato Distrital de Juvenis                | peso 5 kg, disco 1,5 kg                                |   |
| Campeonato Distrital de Juniores               | disco 1,750 grs.                                       | 3 |
| Xavier Tavares (GD "Os Ribeirinhos")           |  |   |
| Campeonato Distrital de Juvenis                | 110 m bar., comprimento                                |   |
| Campeonato Distrital de Juniores               | peso 6 kg  | 3 |
| André Osório (SV Benfica)                      |  |   |
| Campeonato Distrital de Juniores               | dardo 800 grs., altura                                 |   |
| Campeonato Distrital de Absolutos              | dardo 800 grs.   | 3 |
| Catarina Fernandes (Viriathvs RunnersViseu)    |  |   |
| Campeonato Distrital de Corta-mato             | corta-mato longo, corta-mato (F40)                     |   |
| Campeonato Distrital de Trail                  | trail (F40)  | 3 |

➤ 15 atletas até aos 3 títulos alcançados, correspondendo a 55 títulos de Campeões Distritais da AAV.

## VENCEDORES DOS TORNEIOS DISTRITAIS

### - XXIV TRIATLO TÉCNICO JOVEM – 25/02/2023

|   |   |            |
|---|---|------------|
| INFANTIS  | - Rodrigo Martins (CARDES de Barbeita)                              | 233 pts.   |
|   | - Maria Sousa (Dinamo Clube Estação)                                | 851 pts.   |
| INICIADOS   | - Rafael Carrilho (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)               | 1.476 pts. |
|   | - Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco)                        | 1.486 pts. |
| JUVENIS   | - Xavier Tavares (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)                | 1.547 pts. |
|   | - Maria Manuel Brito (Associação Grão Vasco)                        | 1.194 pts. |
| <b>triatlo opcional (60 m / peso / comprimento)</b> |   |            |
| JUVENIS   | - Marta Machado (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)                 | 1.367 pts. |
|   | - Pedro Lemos (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)                   | 1.314 pts. |
| Equipas   | - Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos” – 6.261 pontos (c/ - 3 atletas) |            |

### - XXXII TORNEIO DE SALTO EM ALTURA – 04/03/2023

|           |  |             |
|-----------|--|-------------|
| INFANTIS  | sem participação   |             |
|           | - Maria Sousa (Dinamo Clube Estação)                               | 1,25 metros |
| INICIADOS | - Rafael Carrilho (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)              | 1,40 metros |
|           | - Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco)                       | 1,45 metros |
| JUVENIS   | - Xavier Tavares (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)               | 1,65 metros |
|           | - Maria Manuel Brito (Associação Grão Vasco)                       | 1,25 metros |
| Equipas   | - Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos” – 4,25 metros (c/ - 3 atletas) |             |

### - XXXV KM JOVEM – 04/03/2023

|           |   |         |
|-----------|---|---------|
| INFANTIS  | - Tiago Carvalho (Dinamo Clube Estação)   | 4.16.49 |
|           | - Maria Sousa (Dinamo Clube Estação)  | 3.55.21 |
| INICIADOS | - Gonçalo Carvalho (Escola de Atletismo Carlos Lopes)                           | 3.18.00 |
|           | - Joana Ferreira (Associação Desportiva Tartarugas e Lebres)                    | 3.41.07 |
| JUVENIS   | - Pedro Lemos (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)                               | 3.06.06 |
|           | sem participação  |         |
| Equipas   | - Associação Desportiva Tartarugas e Lebres – 11.34.85 minutos (c/ - 3 atletas) |         |

### - XXXV ATLETA COMPLETO – 11.12/03/2023

|           |   |            |
|-----------|---|------------|
| INFANTIS  | - Henrique Pereira (CARDES de Barbeita)                 | 416 pts.   |
|           | - Maria Sousa (Dinamo Clube Estação)                    | 1.851 pts. |
| INICIADOS | - Rafael Carrilho (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)   | 2.354 pts. |
|           | - Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco)            | 3.156 pts. |
| JUVENIS   | - Xavier Tavares (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)    | 4.145 pts. |
|           | - Maria Manuel Brito (Associação Grão Vasco)            | 2.200 pts. |
| Equipas   | - Associação Grão Vasco – 8.988 pontos (c/ - 2 atletas) |            |

**- V TETRATLO JOVEM – 11/03/2023**

|                  |  |                          |
|------------------|--|--------------------------|
| <b>INFANTIS</b>  | - Henrique Pereira (CARDES de Barbeita)<br>- Maria Sousa (Dinamo Clube Estação)  | 416 pts.<br>1.544 pts.   |
| <b>INICIADOS</b> | <b>tetratlo 1</b><br>- Rafael Carrilho (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)<br>- Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco) | 1.407 pts.<br>1.746 pts. |
|                  | <b>tetratlo 2</b><br>- Rafael Carrilho (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)<br>- Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco) | 1.482 pts.<br>1.746 pts. |
| <b>JUVENIS</b>   | - Xavier Tavares (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)<br>- Maria Manuel Brito (Associação Grão Vasco)                       | 2.031 pts.<br>1.390 pts. |
| Equipas          | - Associação Grão Vasco – 4.362 pontos   |                          |

**Quadro resumo das equipas vencedoras da Campanha “Viva o Atletismo”**

|   |               |                 |                 |                |
|---|---------------|-----------------|-----------------|----------------|
| Associação Desportiva Tartarugas e Lebres |               | Km Jovem        |                 |                |
| Associação Grão Vasco                     |               |                 | Atleta Completo | Tetratlo Jovem |
| Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”         | Triatlo Jovem | Salto em Altura |                 |                |

## SELECÇÕES DISTRIAIS

### - XXI TRIATLO TÉCNICO JOVEM PC - FASE NACIONAL (POMBAL) – 18/03/2023

|   |   |                  |
|---|---|------------------|
| INICIADOS   | - Rafael Carrilho (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)   | 1.292 pts. (12º) |
|   | - Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco)            | 1.549 pts. (07ª) |
| JUVENIS   | - Xavier Tavares (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)    | 896 pts. (18º)   |
|   | - Maria Manuel Brito (Associação Grão Vasco)            | 1.276 pts. (11ª) |
| <b>triatlo opcional (60 m / peso / comprimento)</b> |   |                  |
| JUVENIS   | - Marta Machado (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)     | 1.360 pts. (12º) |
|   | - Pedro Lemos (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)       | 1.474 pts. (14ª) |
| Equipas   | - Associação de Atletismo de Viseu – 7.847 pontos (13ª) |                  |

### - XVIII KM JOVEM - FASE NACIONAL (MOGADOURO) – 15/04/2023

|                               |   |               |
|-------------------------------|---|---------------|
| INICIADOS                     | - Gonçalo Carvalho (Escola de Atletismo Carlos Lopes)                       | 3.08.89 (18º) |
|                               | - Joana Ferreira (Associação Desportiva Tartarugas e Lebres)                | 3.35.19 (15ª) |
| JUVENIS<br>(nascidos em 2006) | - sem representação   |               |
|                               | - Ana Albuquerque (Casa do Povo de Mangualde)                               | 3.20.04 (11º) |
| JUVENIS<br>(nascidos em 2007) | - Pedro Lemos (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)                           | 2.41.47 (05º) |
|                               | - Raquel Morgado (Clube Desportivo de Leomil)                               | 3.42.14 (14ª) |
| Equipas                       | - Associação de Atletismo de Viseu – 16.27.73 minutos (17ª) (c/- 1 atletas) |               |

### - XXX ATLETA COMPLETO - FASE NACIONAL (POMBAL) – 29.30/04/2023

|           |  |                  |
|-----------|--|------------------|
| INICIADOS | - Rafael Carrilho (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)    | 2.562 pts. (15º) |
|           | - Carolina Fernandes (Associação Grão Vasco)             | 3.388 pts. (06ª) |
| JUVENIS   | - Xavier Tavares (Grupo Desportivo “Os Ribeirinhos”)     | 4.405 pts. (04º) |
|           | - Maria Manuel Brito (Associação Grão Vasco)             | 2.374 pts. (13ª) |
| Equipas   | - Associação de Atletismo de Viseu – 12.729 pontos (13ª) |                  |

**- XL OLÍMPICO JOVEM - FASE NACIONAL (LAGOA) – 20-21/05/2023**

|                  |   |  |
|------------------|---|--|
|                  | - Afonso Figueiredo<br>(Dinamo Clube Estação)                   | 1.500 m 5.112.40 (17º)   |
|                  | - Afonso Vale<br>(CARDES Barbeita)                              | peso 4 kg 6,66 (18º)<br>quadripulo salto 12,67 (14º)                               |
|                  | - André Jin<br>(Associação Grão Vasco)                          | dardo 600 grs. 28,32 (10º)<br>disco 1 kg 23,45 (15º)                               |
|                  | - André Pina<br>(Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")             | 1.500 m obstáculos 5.26.01 (15º)<br>800 m 2.29.31 (18º)                            |
|                  | - Rafael Carrilho<br>(Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")        | comprimento 5,79 (04º)<br>100 m bar. 16.68 (13º)                                   |
|                  | - Rodrigo Sá<br>(Associação Grão Vasco)                         | 80 m (16º)<br>250 m (16ª)  |
| <b>INICIADOS</b> | - Victor Couto<br>(CARDES Barbeita)                             | martelo 4 kg 13,69 (16º)<br>250 m bar. 40.60 (18º)                                 |
|                  | - Ana Lima<br>(União Desportiva Sampedrense)                    | 1.500 m obstáculos 6.08.79 (13ª)<br>80 m bar. DNS                                  |
|                  | - Carolina Costa<br>(CARDES Barbeita)                           | 250 m bar. 50.42 (18ª)<br>disco 750 grs. 9,55 (19ª)                                |
|                  | - Carolina Fernandes<br>(Associação Grão Vasco)                 | comprimento 5,13 (03ª)<br>altura 4,40 (04ª)  |
|                  | - Inês Marques<br>(Associação Grão Vasco)                       | quadripulo salto 11,32 (15ª)<br>peso 3 kg 7,50 (13ª)                               |
|                  | - Joana Ferreira<br>(Associação Desportiva Tartarugas e Lebres) | 1.500 m 5.29.63 (10º)<br>800 m 2.35.67 (09ª)                                       |
|                  | - Lara Mendes<br>(CARDES Barbeita)                              | (martelo 3 kg 11,42 (18ª)<br>dardo 500 grs. 10,57 (18ª)                            |
|                  | - Leonor Girão<br>(União Desportiva Sampedrense)                | 80 m 11.55 (10ª)<br>250 m 38,67 (10ª)  |
|                  | - Pedro Lemos<br>(Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")            | 1.500 m 4.19.05 (09º)<br>estafeta medley 100 m 2.19.87 (14º)                       |
|                  | - Simão Duarte<br>(Associação Grão Vasco)                       | 100 m 13.69 (20º)<br>dardo 700 grs. 42,95 (06º)                                    |
|                  | - Xavier Tavares<br>(Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")         | 300 m 41.87 (05º)<br>comprimento 5,72 (11º)<br>estafeta medley 100 m 2.19.87 (14º) |
| <b>JUVENIS</b>   | - Ana Albuquerque<br>(Casa do Povo de Mangualde)                | 1.500 m 5.06.06 (07º)  |
|                  | - Maria Manuel Brito<br>(Associação Grão Vasco)                 | 300 bar. 58.76 (17ª)<br>peso 3 kg 8,51 (15ª)                                       |
|                  | - Marta Machado<br>(Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos")          | 100 m 13.74 (11ª)<br>estafeta medley 100 m 2.19.87 (14ª)                           |
|                  | - Sofia Amaral<br>(Associação Grão Vasco)                       | estafeta medley 100 m 2.19.87 (14ª)  |
| Equipas          | - Associação de Atletismo de Viseu – 292 pontos (16ª)           |  |

### Clubes que cederam atletas às várias seleções distritais

|   | Triatlo Jovem PC |          | Km Jovem |          | Atleta Completo |          | Olímpico Jovem |           | T O T A I S |           |           |
|---|------------------|----------|----------|----------|-----------------|----------|----------------|-----------|-------------|-----------|-----------|
|   | M                | F        | M        | F        | M               | F        | M              | F         | M           | F         | -         |
| Associação Desportiva Tartarugas e Lebres | -                | -        | -        | 1        | -               | -        | -              | 1         | -           | 2         | 2         |
| Associação Grão Vasco                     | -                | 2        | -        | -        | -               | 2        | 3              | 4         | 3           | 8         | 11        |
| Casa do Povo de Mangualde                 | -                | -        | -        | 1        | -               | -        | -              | 1         | -           | 2         | 2         |
| CARDES Barbeita                           | -                | -        | -        | -        | -               | -        | 2              | 2         | 2           | 2         | 4         |
| Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"         | 3                | 1        | 1        | -        | 2               | -        | 4              | 1         | 10          | 2         | 12        |
| União Desportiva Sampedrense              | -                | -        | -        | -        | -               | -        | -              | 2         | -           | 2         | 2         |
| Escola de Atletismo Carlos Lopes          | -                | -        | 1        | -        | -               | -        | -              | -         | 1           | -         | 1         |
| Clube Desportivo de Leomil                | -                | -        | -        | 1        | -               | -        | -              | -         | -           | 1         | 1         |
| Dinamo Clube Estação                      | -                | -        | -        | -        | -               | -        | 1              | -         | 1           | -         | 1         |
| <b>T O T A I S</b>                        | <b>3</b>         | <b>3</b> | <b>2</b> | <b>3</b> | <b>2</b>        | <b>2</b> | <b>10</b>      | <b>11</b> | <b>17</b>   | <b>19</b> | <b>36</b> |

### Atletas que mais vezes representaram a seleção distrital

|                    |   |                  |                 |                            |
|--------------------|---|------------------|-----------------|----------------------------|
| Rafael Carrilho    | Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"         | Triatlo Jovem PC | Atleta Completo | Olímpico Jovem             |
| Carolina Fernandes | Associação Grão Vasco                     | Triatlo Jovem PC | Atleta Completo | Olímpico Jovem             |
| Xavier Tavares     | Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"         | Triatlo Jovem PC | Atleta Completo | Olímpico Jovem             |
| Maria Manuel Brito | Associação Grão Vasco                     | Triatlo Jovem PC | Atleta Completo | Olímpico Jovem             |
| Marta Machado      | Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"         | Triatlo Jovem PC |                 | Olímpico Jovem             |
| Pedro Lemos        | Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"         | Triatlo Jovem PC |                 | Km Jovem<br>Olímpico Jovem |
| Joana Ferreira     | Associação Desportiva Tartarugas e Lebres |                  |                 | Km Jovem<br>Olímpico Jovem |
| Ana Albuquerque    | Casa do Povo de Mangualde                 |                  |                 | Km Jovem<br>Olímpico Jovem |

## RECORDES E MELHORES MARCAS (até 31.12.2023)

### R E C O R D E S

| INICIADOS   |                        |            |          |               |
|---|------------------------|------------|----------|---------------|
| <b>heptatlo [ 80 m Bar. (0.76) / Dardo 500 Grs. / Altura / 80 m / Comprimento / Peso 3 Kg / 800 m ]</b>   |                        |            |          |               |
| Carolina Fernandes  | Associação Grão Vasco  | 3.388 Pts. | Pombal   | 29-30.04.2023 |
| <b>quadruplo salto</b>  |                        |            |          |               |
| Carolina Fernandes  | Associação Grão Vasco  | 12,84      | Viseu    | 06.05.2023    |
| <b>heptatlo [ 100 m Bar. (0.76) / Altura / Peso 3 Kg / 200 m / Comprimento / Dardo 500 Grs. / 800 m ]</b> |                        |            |          |               |
| Carolina Fernandes  | Associação Grão Vasco  | 3.432 Pts. | Viseu    | 08-09.06.2023 |
| <b>300 m PC</b>   |                        |            |          |               |
| Simão Nunes   | AD Tartarugas e Lebres | 43.04      | Pombal   | 23.12.2023    |
| Joana Ferreira  | AD Tartarugas e Lebres | 44.96      | Pombal   | 23.12.2023    |
| JUVENIS   |                        |            |          |               |
| <b>triplo salto PC</b>  |                        |            |          |               |
| Xavier Tavares  | GD Ribeirinhos         | 12,51      | Braga    | 05.02.2023    |
| <b>dardo 500 grs.</b>   |                        |            |          |               |
| Maria Manuel Brito  | Associação Grão Vasco  | 26,58      | Viseu    | 13.05.2023    |
| <b>estafeta mista ( 100 m fem. + 200 m masc. + 300 m masc. + 400 m masc. )</b>                            |                        |            |          |               |
| Sofia Amaral  | Associação Grão Vasco  | 2.19.87    | Lagoa    | 21.05.2023    |
| Xavier Tavares  | GD Ribeirinhos         |            |          |               |
| Marta Machado   | GD Ribeirinhos         |            |          |               |
| Pedro Lemos   | GD Ribeirinhos         |            |          |               |
| JUNIORES  |                        |            |          |               |
| <b>60 m PC</b>  |                        |            |          |               |
| Matilde Simões  | SV Benfica             | 7.83 pc    | Pombal   | 04.02.2023    |
| Matilde Simões  | SV Benfica             | 7.76 pc    | Pombal   | 11.02.2023    |
| <b>200 m</b>  |                        |            |          |               |
| Matilde Simões  | SV Benfica             | 25.76      | Abrantes | 03.06.2023    |
| ABSOLUTOS   |                        |            |          |               |
| <b>60 m PC</b>  |                        |            |          |               |
| Matilde Simões  | SV Benfica             | 7.83 pc    | Pombal   | 04.02.2023    |
| Matilde Simões  | SV Benfica             | 7.76 pc    | Pombal   | 11.02.2023    |

## MELHORES MARCAS

### BENJAMINS

---

|                   |                        |         |       |            |
|-------------------|------------------------|---------|-------|------------|
| <b>600 m</b>      |                        |         |       |            |
| Santiago Ferreira | AD Tartarugas e Lebres | 1.56.27 | Viseu | 01.05.2023 |

### INICIADOS

---

|                                  |                              |       |       |            |
|----------------------------------|------------------------------|-------|-------|------------|
| <b>100 jardas (91,44 metros)</b> |                              |       |       |            |
| Leonor Girão                     | União Desportiva Sampedrense | 12.97 | Viseu | 01.05.2023 |

### JUVENIS

---

|                                  |                |       |       |            |
|----------------------------------|----------------|-------|-------|------------|
| <b>100 jardas (91,44 metros)</b> |                |       |       |            |
| Marta Machado                    | GD Ribeirinhos | 12.42 | Viseu | 01.05.2023 |
| <b>200 m bar. (0.76)</b>         |                |       |       |            |
| Matilde Simões                   | SV Benfica     | 31.92 | Viseu | 01.05.2023 |
| <b>150 m</b>                     |                |       |       |            |
| Matilde Simões                   | SV Benfica     | 19.76 | Viseu | 29.09.2023 |

### ABSOLUTOS

---

|                                  |            |       |       |            |
|----------------------------------|------------|-------|-------|------------|
| <b>100 jardas (91,44 metros)</b> |            |       |       |            |
| Matilde Simões                   | SV Benfica | 11.46 | Viseu | 01.05.2023 |
| <b>150 m</b>                     |            |       |       |            |
| Matilde Simões                   | SV Benfica | 19.76 | Viseu | 29.09.2023 |
| <b>200 m bar. (0.76)</b>         |            |       |       |            |
| Matilde Simões                   | SV Benfica | 31.92 | Viseu | 01.05.2023 |

No Relatório Técnico da AAV Época 2022/2023 em suporte de papel, faz parte deste documento outros capítulos: Comunicação Social, Ranking (masculino e feminino) e Recordes (Pista Ar Livre, Pista Coberta e Adaptado, em masculinos e femininos).

Associação de Atletismo de Viseu (RE)  
31.dezembro.2023

*V I S E U A S S O C I A Ç Ã O D E A T L E T I S M O D E V I S E U*