



FPPM

Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno

1ª PROVA DE AVALIAÇÃO- TRIATLO MODERNO

25 Nov. /9 Dez. 2020

RESULTADOS

ATLETA	CLUBE	SEXO	DATA NASC.	LASER RUN	NATAÇÃO
SUB-11 FEMININO (2x400m – 2 VERDES / 50m)					
MARGARIDA MELO	SRC	F	12/09/2012	3.42,39	53,44
LEONOR BERNARDO	SHARKS	F	08/07/2011	4.45,17	-
MARIA RIBEIRO	CNA	F	2010	4.35,00	1.06,00
RITA DIAS	CNA	F	2012	4.26,00	54,00
VITORIA MOREIRA	CNA	F	2014	7.05,00	1.22,00
SOFIA POSTICA	CNA	F	2014	7.01,00	1.25,00
SUB-11 MASCULINO (2x400m – 2 VERDES / 50m)					
XAVIER MELO	SRC	M	08/03/2011	3.09,25	36,15
MARTIM FRANCO	PCC	M	12/07/2014	6.55,00	-
GONÇALO SOUSA	SHARKS	M	15/09/2014	7.20,56	-
GIL NEVES	SHARKS	M	04/01/2012	6.57,12	-
DUARTE CONCEIÇÃO	SHARKS	M	31/19/2011	3.46,49	-
TOMÁS MENDES	SHARKS	M	02/05/2011	5.47,72	-
DIOGO CARREIRO	SHARKS	M	16/05/2011	5.09,83	-
MANUEL BERNARDO	SHARKS	M	13/12/2010	5.37,41	-
TIAGO SERÓDIO	CNA	M	2011	3.45,00	1.02,00
JOÃO FERRO	CNA	M	2011	5.12,00	1.20,00
RAFAEL SALVADO	CNA	M	2012	3.55,00	1.06,00
DINIS MIRANDA	CNA	M	2012	3.41,00	53,00
MATHEUS RIBEIRO	CNA	M	2013	6.00,00	1.20,0
FILIPE POSTICA	CNA	M	2013	5.17,00	1.16,00
GUILHERME NUNES	CNA	M	2014	7.20,00	1.23,00
SUB-13 FEMININO (3x400m – 3 VERDES / 50m)					
FILIPA GONÇALVES	ADBA	F	01/04/2008	5.16,02	37,70



FPPM

Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno

MARGARIDA DUARTE	ADBA	F	26/05/2008	-	38,10
MATILDE NUNES	ADBA	F	12/09/2008	5.38,80	-
PETRA VIANA	ADBA	F	18/04/2008	5.18,21	37,70
RITA FERREIRA	ADBA	F	27/01/2008	5.44,56	-
RITA BOTA	ADBA	F	28/05/2008	6.16,46	36,98
BEATRIZ FRANCO	PCC	F	22/07/2009	8.03,22	1.01,54
RITA PIRES	PCC	F	18/11/2009	10.08,30	1.12,20
CAROLINA VINHAIS	SRC	F	28/01/2008	7.45,26	-
MARGARIDA CARREIRO	SHARKS	F	01/05/2009	7.16.61	-
CLARA PIRES	SHARKS	F	15/04/2009	5.17.65	-
SOFIA ASKAROVA	CNA	F	2008	8.26,00	1.49,00
CAROLINA COELHO	CNA	F	2009	5.53,00	45,00
LARA BONINA	CNA	F	2009	6.13,00	1.22,00
DIANA NUNES	CNA	F	2009	6.20,00	1.01,00
CAROLINA LUIS	CNA	F	2009	6.23,00	1.02,00

SUB-13 MASCULINO (3x400m – 3 VERDES / 50m)

XAVIER PINTO	ADBA	M	12/02/2009	5.49,27	42,62
RODRIGO FRAZÃO	ADBA	M	28/02/2008	5.55,73	43,79
MIGUEL PEREIRA	ADBA	M	16/02/2008	-	48,22
JOÃO PIRES	PCC	M	18/11/2009	10.01,16	54,22
TIAGO SOUTO	SRC	M	21/03/2008	6.15,40	38,67
GABRIEL OLIVEIRA	SRC	M	03/01/2009	5.14,23	-
RODRIGO CARLOS	SRC	M	07/05/2008	6.39,24	-
HENRIQUE MENDES	CNA	M	2009	5.10,00	1.01,00

SUB-15 FEMININO (2x800m – 4 VERDES / 100m)

LUÍSA CUNHA	CBA	F	24/10/2006	6.21,00	1.12,00
CAROLINA SOUTO	SRC	F	27/06/2006	7.35,39	1.03,83
LEONOR MELO	SRC	F	18/10/2006	5.49,23	1.13,59
MARTA RODRIGUES	SRC	F	30/05/2006	7.41,32	-
RITA JORGE	SRC	F	30/04/2006	8.54,32	1.21,77
FILIPA PINTO	ADBA	F	21/02/2006	7.29,40	1.12,25
PATRÍCIA CONCEIÇÃO	SHARKS	F	14/11/2007	10.42.10	-
SOFIA BERNARDO	SHARKS	F	08/06/2007	7.44.90	-
MARIANA NAVE	CNA	F	2006	6.29,00	1.16,00
INÉS DIAS	CNA	F	2006	6.23,00	1.25,00
MAFALDA VEIGA	CNA	F	2006	7.02,00	1.14,00



FPPM

Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno

INÊS ISABEL MOREIRA	CNA	F	2006	6.01,00	1.17,00
CHLOÉ FERNANDES	CNA	F	2006	8.41,00	2.10,00
MÓNICA MENDES	CNA	F	2006	8.35,00	2.00,00
M ^a INÊS CARDOSO	CNA	F	2006	8.30,00	1.54,00
CONSTANÇA MOREIRA	CNA	F	2006	7.16,00	1.30,00
BEATRIZ BASTOS	CNA	F	2006	8.25,00	1.48,00

SUB-15 MASCULINO (2x800m – 4 VERDES / 100m)

JOÃO P. FERREIRA	SRC	M	28/03/2007	6.29,98	-
GONÇALO MURRINHA	SRC	M	27/09/2006	7.23,10	-
JOÃO SANTOS	PCC	M	12/12/2006	7.30,21	1.34,54
MANUEL LACERDA	SHARKS	M	17/05/2007	5.53,60	-
DAVID CORREIA	SHARKS	M	31/10/2007	10.33,14	-
PEDRO OLIVEIRA	SHARKS	M	03/08/2007	7.52,05	-
RAFAEL MADUREIRA	CNA	M	2006	6.35,00	1.24,00

SUB-17 FEMININO (3x800m – 5 VERDES / 200m)

MARIANA PELICA	SRC	F	04/12/2004	11.25,21	-
PETRA SANTOS	SRC	F	29/08/2004	9.23,40	3.09,74
SIMONE OLIVEIRA	SRC	F	14/04/2004	11.01,98	4.07,79
CAROLINA CRUZ	SRC	F	12/11/2004	11.20,42	3.25,73
MARIA CARREIRA	PCC	F	11/11/2005	11.50,34	3.11,36
MARGUERITA MATVIYCHUCK	CNA	F	2004	10.15,00	2.50,00

SUB-17 MASCULINO (3x800m – 5 VERDES / 200m)

ALEXANDRE LOBO	SRC	M	16/05/2005	10.05,20	-
FRANCISCO MIGUEL	SRC	M	16/02/2005	10.38,22	-
FILIFE LAVOS	ADBA	M	10/02/2005	10.29,47	2.36,49
FRANCISCO SOUSA	ADBA	M	29/06/2004	10.29,47	2.29,28
TIAGO LEAL	ADBA	M	25/04/2004	9.56,00	2.49,56
ANTÓNIO PAIS	PCC	M	14/01/2004	10.51,45	3.50,96
ALFREDO VEIGA	CNA	M	2004	8.57,00	2.40,00
VASCO ALONSO	CNA	M	2004	9.08,00	2.29,00
MIGUEL SERÓDIO	CNA	M	2005	9.35,00	2.45,00
GONÇALO PEREIRA	CNA	M	2005	-	2.48,00



FPPM

Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno

AFONSO MOREIRA	CNA	M	2005	9.35,00	2.51,00
SUB-19 FEMININO (4x800m – 5 VERDES / 200m)					
MARIA SILVÉRIO	ADBA	F	17/10/2003	16.31,16	2.48,83
MARIA MACAU	ADBA	F	09/02/2003	14.26,35	2.44,39
JULIANA GUERREIRO	PCC	F	24/05/2003	-	2.41,60
SARA ANTUNES	CNA	F	2002	14.43,00	2.40,00
CATARINA NAVE	CNA	F	2002	-	3.10,00
INÊS FILIPA MOREIRA	CNA	F	2003	-	3.30,00
MARGARIDA CARVALHO	CNA	F	2003	-	2.59,00
EVA POSTICA	CNA	F	2003	17.30,00	3.45,00
SUB-19 MASCULINO (4x800m – 5 VERDES / 200m)					
TIAGO GONÇALVES	ADBA	M	21/09/2002	11.58,00	2.28,28
JOSÉ PARADELA	ADBA	M	04/08/2003	14.02,50	2.33,36
MARTIM ISIDORO	ADBA	M	22/11/2002	-	2.31,80
BRUNO REIS	ADBA	M	23/04/2003	14.41,02	2.20,43
DAVID SERRALHEIRO	ADBA	M	01/11/2002	-	2.48,40
TIAGO BERNARDO	SHARKS	M	22/04/2003	15.50.18	-
DUARTE TALEIGO	CNA	M	2003	11.22,00	2.10,00
SÉNIORES FEMININO (4x800m – 5 VERDES / 200m)					
SARA SILVA	SHARKS	F	25/09/1975	19.16.60	-
FILOMENA DIAS	SHARKS	F	27/03/1967	18.29.30	-
SÉNIORES MASCULINO (4x800m – 5 VERDES / 200m)					
AMARO TEIXEIRA	PCC	M	08/07/1989	13.01,17	3.47,76
GONÇALO CARREIRA	PCC	M	26/12/1963	17.22,03	4.14,40
NUNO GRAVITO	PCC	M	23/11/1985	17.50,27	3.20,90
JOÃO ANTUNES	SHARKS	M	05/12/1998	13.15.51	-
GUSTAVO MADUREIRA	SHARKS	M	19/07/1994	14.50.33	-
MÁRIO NOGUEIRA	SHARKS	M	24/03/1984	15.32.78	-
GONÇALO CONCEIÇÃO	SHARKS	M	26/10/1973	15.29.57	-
RICARDO MADUREIRA	SHARKS	M	01/12/1963	16.10.25	-
JORGE MARTINS	SHARKS	M	1570871957	17.22.80	-



FPPM
Federação Portuguesa
do Pentatlo Moderno