

FEDERAÇÃO DE LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO DE PORTUGAL



Ginásio Atlético Clube

Assunto: Resultados Finais Campeonato Nacional Individual Absoluto

Data: 04/07/2015

O Ginásio Atlético Clube e a Federação de Levantamento de Peso Olímpico de Portugal, vêm por este meio enviar os resultados finais relativos ao Campeonato Nacional Individual Absoluto 2015.

Resultados Finais Campeonato Nacional Individual Absoluto 2015

Atletas Femininos

| Classificação | Nome Atleta | Clube | Categoria | Peso Corporal | Arranco | Arremesso | Total |
|---------------|-------------------------|------------------|-----------|---------------|---------|-----------|-------|
| 1ª | Mafalda Baptista | Círculo de Ferro | 48 | 45.46 | 35 | 51 | 86 |

| Classificação | Nome Atleta | Clube | Categoria | Peso Corporal | Arranco | Arremesso | Total |
|---------------|----------------------|------------------|-----------|---------------|---------|-----------|-------|
| 1º | Carina Simões | Crossfit Coimbra | 53 | 51.64 | 53 | 70 | 123 |

| Classificação | Nome Atleta | Clube | Categoria | Peso Corporal | Arranco | Arremesso | Total |
|---------------|--------------------------|-------------------|-----------|---------------|---------|-----------|-------|
| 1º | Joana Chong | Crossfit Alvalade | 58 | 56.74 | 60 | 68 | 128 |
| 2º | Ana Taboada | A. Académica C. | 58 | 56.38 | 55 | 65 | 120 |
| S/ Classif. | Yulia Protsenko * | G.S. Carcavelos | 58 | 57.82 | 63 | 80 | 143 |

*Atleta de Nacionalidade Estrangeira

| Classificação | Nome Atleta | Clube | Categoria | Peso Corporal | Arranco | Arremesso | Total |
|---------------|-------------------------|------------------|-----------|---------------|---------|-----------|-------|
| 1º | Catarina Augusto | Crossfit Coimbra | 63 | 61.70 | 54 | 71 | 125 |

| Classificação | Nome Atleta | Clube | Categoria | Peso Corporal | Arranco | Arremesso | Total |
|---------------|--------------------|------------------|-----------|---------------|---------|-----------|-------|
| 1º | Ana Ribeiro | Crossfit Coimbra | 69 | 65.60 | 55 | 63 | 118 |

FEDERAÇÃO DE LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO DE PORTUGAL



Ginásio Atlético Clube

Atletas Masculinos

| <i>Classificação</i> | <i>Nome Atleta</i> | <i>Clube</i> | <i>Categoria</i> | <i>Peso Corporal</i> | <i>Arranco</i> | <i>Arremesso</i> | <i>Total</i> |
|----------------------|-----------------------|-----------------|------------------|----------------------|----------------|------------------|--------------|
| 1º | Alexandre Brás | A. Académica C. | 62 | 58.56 | 82 | 105 | 187 |
| 2º | João Novêlo | Ginásio A. C. | 62 | 61.18 | 75 | 98 | 173 |

| <i>Classificação</i> | <i>Nome Atleta</i> | <i>Clube</i> | <i>Categoria</i> | <i>Peso Corporal</i> | <i>Arranco</i> | <i>Arremesso</i> | <i>Total</i> |
|----------------------|-----------------------|------------------|------------------|----------------------|----------------|------------------|--------------|
| 1º | Rui Pires | G. S. Carcavelos | 69 | 68.82 | 100 | 120 | 220 |
| 2º | Pedro Carvalho | Só Dores D.T. | 69 | 64.72 | 85 | 105 | 190 |
| 3º | Bruno Almeida | A. Académica C. | 69 | 68.90 | 83 | 105 | 188 |
| 4º | Nuno Dinis | Crossfit Coimbra | 69 | 68.20 | 80 | 106 | 186 |
| 5º | Fábio Brás | Só Dores D.T. | 69 | 67.72 | 75 | 97 | 172 |
| 6º | Gonçalo Mota | Ginásio A. C. | 69 | 66.78 | 74 | 92 | 166 |

| <i>Classificação</i> | <i>Nome Atleta</i> | <i>Clube</i> | <i>Categoria</i> | <i>Peso Corporal</i> | <i>Arranco</i> | <i>Arremesso</i> | <i>Total</i> |
|----------------------|-------------------------|--------------------|------------------|----------------------|----------------|------------------|--------------|
| 1º | Alexandre Reis | G. S. Carcavelos | 77 | 75.74 | 100 | 135 | 235 |
| 2º | Francisco Seguro | Mr Big Evolution | 77 | 76.48 | 103 | 127 | 230 |
| 3º | Rafael Matos | Durius B. Club | 77 | 73.48 | 87 | 117 | 204 |
| 4º | Hugo Castro | Iron Box | 77 | 74.32 | 85 | 116 | 201 |
| 5º | Paulo Ferreira | T. Bakery Crossfit | 77 | 75.22 | 95 | 105 | 200 |
| 6º | Tiago Madaleno | A. Académica C. | 77 | 75.94 | 82 | 105 | 187 |
| 7º | Miguel Ribeiro | Crossfit Coimbra | 77 | 73.32 | 85 | 95 | 180 |
| 8º | Hugo Dominguez | T. Bakery Crossfit | 77 | 75.54 | 80 | 100 | 180 |
| 9º | Rui Freitas | Ginásio A. C. | 77 | 74.12 | 75 | 95 | 170 |
| S/ Classif. | Luís Morgado | G. S. Carcavelos | 77 | 71.94 | - | 90 | - |

FEDERAÇÃO DE LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO DE PORTUGAL



Ginásio Atlético Clube

| Classificação | Nome Atleta | Clube | Categoria | Peso Corporal | Arranco | Arremesso | Total |
|---------------|-------------------------------|---------------------------|-----------|---------------|---------|-----------|-------|
| 1º | Ricardo Santos | A. Académica C. | 85 | 82.72 | 115 | 143 | 258 |
| 2º | Vitor Vilovski | G. S. Carcavelos | 85 | 85.00 | 110 | 135 | 245 |
| 3º | Silvio Silva | Durius B. Club | 85 | 84.22 | 100 | 120 | 220 |
| 4º | James Doherty | Iron Box | 85 | 82.18 | 95 | 116 | 211 |
| 5º | Diogo Pontes | T. Bakery Crossfit | 85 | 82.50 | 75 | 15 | 190 |
| 6º | Bruno Horta | Só Dores D. T. | 85 | 81.90 | 80 | 105 | 185 |
| 7º | José Inácio | Círculo Ferro | 85 | 82.34 | 81 | 96 | 177 |
| S/ Classif. | Rui Antunes | A. Académica C. | 85 | 80.96 | - | - | - |
| S/ Classif. | Vyesheslav Kondrashov* | Ginásio Clube Figueirense | 85 | 82.54 | 130 | 150 | 280 |

*Atleta de Nacionalidade Estrangeira

| Classificação | Nome Atleta | Clube | Categoria | Peso Corporal | Arranco | Arremesso | Total |
|---------------|---------------------------|--------------------|-----------|---------------|---------|-----------|-------|
| 1º | Tiago Gandum | T. Bakery Crossfit | 94 | 89.46 | 116 | 148 | 264 |
| 2º | Vitor Graça | Círculo Ferro | 94 | 93.28 | 117 | 143 | 260 |
| 3º | Rui Correia | G. S. Carcavelos | 94 | 89.80 | 90 | 116 | 206 |
| 4º | Frederico Carvalho | Mr. Big Evolution | 94 | 86.96 | 84 | 108 | 192 |

| Classificação | Nome Atleta | Clube | Categoria | Peso Corporal | Arranco | Arremesso | Total |
|---------------|-------------------------|--------------------|------------|---------------|---------|-----------|-------|
| 1º | Gonçalo Westwood | T. Bakery Crossfit | 105 | 98.92 | 105 | 121 | 226 |
| 2º | Pedro Capela | Ginásio A. C. | 105 | 96.48 | 95 | 125 | 220 |
| 3º | José Teixeira | Só Dores D. T. | 105 | 97.74 | 72 | 95 | 167 |
| S/ Classif. | Ivan Oliveira | Círculo Ferro | 105 | 95.56 | 105 | - | - |
| S/ Classif. | Andrey Zhakin * | G. S. Carcavelos | 105 | 100.72 | 115 | 150 | 265 |

*Atleta de Nacionalidade Estrangeira

| Classificação | Nome Atleta | Clube | Categoria | Peso Corporal | Arranco | Arremesso | Total |
|---------------|----------------------|-----------------|-------------|---------------|---------|-----------|-------|
| 1º | Bruno Martins | A. Académica C. | +105 | 107.68 | 90 | 127 | 217 |

FEDERAÇÃO DE LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO DE PORTUGAL



Ginásio Atlético Clube

**Classificação Sinclair
(Atleta Mais Destacado)**

Atletas Femininos

| Classificação | Nome Atleta | Categoria | Peso Corporal | Clube | Total | Pontuação Sinclair |
|----------------------|--------------------------|------------------|----------------------|-------------------|--------------|---------------------------|
| 1º | Carina Simões | 53 | 51,64 | Crossfit Coimbra | 123 | 189,490 |
| 2º | Joana Chong | 58 | 56,74 | Crossfit Alvalade | 128 | 183,156 |
| 3º | Ana Taboada | 58 | 56,38 | A. Académica C. | 120 | 172,530 |
| 4º | Catarina Augusto | 63 | 61,70 | Crossfit Coimbra | 125 | 168,465 |
| 5º | Ana Ribeiro | 69 | 65,60 | Crossfit Coimbra | 118 | 152,744 |
| 6º | Mafalda Baptista | 48 | 45,46 | Círculo Ferro | 86 | 148,034 |
| S/ Classif. | Yulia Protsenko * | 58 | 57.82 | G. S. Carcavelos | 143 | 201.785 |

**Atleta de Nacionalidade Estrangeira*

FEDERAÇÃO DE LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO DE PORTUGAL



Ginásio Atlético Clube

**Classificação Sinclair
(Atleta Mais Destacado)**

Atletas Masculinos

| Classificação | Nome Atleta | Categoria | Peso Corporal | Clube | Total | Pontuação Sinclair |
|----------------------|-------------------------|------------------|----------------------|------------------|--------------|---------------------------|
| 1º | Ricardo Santos | 85 | 82,72 | A. Académica C. | 258 | 312,584 |
| 2º | Tiago Gandum | 94 | 89,46 | T. Bakery C. | 264 | 307,867 |
| 3º | Alexandre Reis | 77 | 75,74 | G. S. Carcavelos | 235 | 298,731 |
| 4º | Vítor Graça | 94 | 93,28 | Círculo Ferro | 260 | 297,599 |
| 5º | Rui Pires | 69 | 68,82 | G. S. Carcavelos | 220 | 296,453 |
| 6º | Vitor Vilovski | 85 | 85,00 | G. S. Carcavelos | 245 | 292,784 |
| 7º | Francisco Seguro | 77 | 76,48 | Mr Big Evolution | 230 | 290,754 |
| 8º | Alexandre Brás | 62 | 58,56 | A. Académica C. | 187 | 282,007 |
| 9º | Pedro Carvalho | 69 | 64,72 | Só Dores D.T. | 190 | 266,665 |
| 10º | Silvio Silva | 85 | 84,22 | Durius B. Club | 220 | 264,120 |
| 11º | Rafael Matos | 77 | 73,48 | Durius B. Club | 204 | 263,968 |
| 12º | Hugo Castro | 77 | 74,32 | Iron Box | 201 | 258,341 |
| 13º | James Doherty | 85 | 82,18 | Iron Box | 211 | 256,507 |
| 14º | Paulo Ferreira | 77 | 75,22 | T. Bakery C. | 200 | 255,254 |
| 15º | Bruno Almeida | 69 | 68,90 | A. Académica C. | 188 | 253,144 |
| 16º | João Novêlo | 62 | 61,18 | Ginásio A.C. | 173 | 252,604 |
| 17º | Gonçalo Westwood | 105 | 98,92 | T. Bakery C. | 226 | 252,508 |
| 18º | Nuno Dinis | 69 | 68,20 | Crossfit Coimbra | 186 | 252,104 |
| 19º | Pedro Capela | 105 | 96,48 | Ginásio A.C. | 220 | 248,271 |
| 20º | Rui Correia | 94 | 89,80 | G. S. Carcavelos | 206 | 239,812 |
| 21º | Tiago Madaleno | 77 | 75,94 | A. Académica C. | 187 | 237,354 |

FEDERAÇÃO DE LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO DE PORTUGAL



Ginásio Atlético Clube

| Classificação | Nome Atleta | Categoria | Peso Corporal | Clube | Total | Pontuação Sinclair |
|----------------------|--------------------------------|------------------|----------------------|------------------|--------------|---------------------------|
| 22° | Bruno Martins | +105 | 107,68 | A. Académica C. | 217 | 235,120 |
| 23° | Fábio Brás | 69 | 67,72 | Só Dores D.T. | 172 | 234,201 |
| 24° | Miguel Ribeiro | 77 | 73,32 | Crossfit Coimbra | 180 | 233,216 |
| 25° | Diogo Pontes | 85 | 82,50 | T. Bakery C. | 190 | 230,514 |
| 26° | Hugo Dominguez | 77 | 75,54 | T. Bakery C. | 180 | 229,165 |
| 27° | Gonçalo Mota | 69 | 66,78 | Ginásio A.C. | 166 | 228,118 |
| 28° | Frederico Carvalho | 94 | 86,96 | Mr Big Evolution | 192 | 226,908 |
| 29° | Bruno Horta | 85 | 81,90 | Só Dores D.T. | 185 | 225,299 |
| 30° | Rui Freitas | 77 | 74,12 | Ginásio A.C. | 170 | 218,844 |
| 31° | José Inácio | 85 | 82,34 | Círculo Ferro | 177 | 214,957 |
| 32° | José Teixeira | 105 | 97,74 | Só Dores D.T. | 167 | 187,475 |
| S/ Classif. | Luís Morgado | 77 | 71,94 | G. S. Carcavelos | - | - |
| S/ Classif. | Rui Antunes | 85 | 80,96 | A. Académica C. | - | - |
| S/ Classif. | Ivan Oliveira | 105 | 95,56 | Círculo Ferro | - | - |
| S/ Classif. | Vyesheslav Kondrashov * | 85 | 82,54 | Ginásio C.F. | 280 | 339,619 |
| S/ Classif. | Andrey Zhakin * | 105 | 100,72 | G. S. Carcavelos | 265 | 294,034 |

*Atleta de Nacionalidade Estrangeira

Recordes Nacionais Obtidos na Competição

Femininos

Carina Simões – Crossfit Coimbra

Categoria 53 Kg

Arranco – 53 Kg (Record Nacional Absoluto)

Arremesso – 70 Kg (Record Nacional Absoluto)

Total – 123 Kg (Record Nacional Absoluto)

FEDERAÇÃO DE LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO DE PORTUGAL



Ginásio Atlético Clube

Joana Chong – Crossfit Alvalade

Categoria 58 Kg

Arranco – 60 Kg (Record Nacional Absoluto e Júnior)

Arremesso – 68 Kg (Record Nacional Absoluto e Júnior)

Total – 128 Kg (Record Nacional Absoluto e Júnior)

Catarina Augusto – Crossfit Coimbra

Categoria 63 Kg

Arranco – 54 Kg (Record Nacional Absoluto)

Arremesso – 71 Kg (Record Nacional Absoluto)

Total – 125 Kg (Record Nacional Absoluto)

Ana Ribeiro – Crossfit Coimbra

Categoria 69 Kg

Arranco – 55 Kg (Record Nacional Júnior)

Total – 118 Kg (Record Nacional Júnior)

Masculinos

Alexandre Brás – Associação Académica de Coimbra

Categoria 62 Kg

Arranco – 82 Kg (Record Nacional Master 35 a 39 anos)

Arremesso – 105 Kg (Record Nacional Absoluto e Master 35 a 39 anos)

Total – 187 Kg (Record Nacional Absoluto e Master 35 a 39 anos)

FEDERAÇÃO DE LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO DE PORTUGAL



Ginásio Atlético Clube

João Novêlo – Ginásio Atlético Clube

Categoria 62 Kg

Arranco – 75 Kg (Record Nacional Master 55 a 59 anos)
Arremesso – 98 Kg (Record Nacional Master 55 a 59 anos)
Total – 173 Kg (Record Nacional Master 55 a 59 anos)

Gonçalo Mota – Ginásio Atlético Clube

Categoria 69 Kg

Arranco – 74 Kg (Record Nacional Juvenil)
Arremesso – 92 Kg (Record Nacional Juvenil)
Total – 166 Kg (Record Nacional Juvenil)

Rui Pires – Grupo Sportivo de Carcavelos

Categoria 69 Kg

Arranco – 100 Kg (Record Nacional Absoluto)
Arremesso – 120 Kg (Record Nacional Absoluto)
Total – 220 Kg (Record Nacional Absoluto)

Francisco Seguro – Mr. Big Evolution

Categoria 77 Kg

Arranco – 103 Kg (Record Nacional Absoluto)

Alexandre Reis – Grupo Sportivo de Carcavelos

Categoria 77 Kg

Arremesso – 135 Kg (Record Nacional Absoluto)
Total – 235 Kg (Record Nacional Absoluto)

FEDERAÇÃO DE LEVANTAMENTO DE PESO OLÍMPICO DE PORTUGAL



Ginásio Atlético Clube

Ricardo Santos – Associação Académica de Coimbra

Categoria 85 Kg

Arranco – 115 Kg (Record Nacional Absoluto)

Arremesso – 143 Kg (Record Nacional Absoluto)

Total – 258 Kg (Record Nacional Absoluto)

Tiago Gandum – The Bakery Crossfit

Categoria 94 Kg

Arremesso – 148 Kg (Record Nacional Absoluto)

Total – 264 Kg (Record Nacional Absoluto)

Victor Graça – Círculo de Ferro

Categoria 94 Kg

Arranco – 117 Kg (Record Nacional Absoluto e Master 45 a 49 anos)

Arremesso – 143 Kg (Record Nacional Master 45 a 49 anos)

Total – 260 Kg (Record Nacional Master 45 a 49 anos)